விளையாட்டுக்களின் வழிமுறைகளும் வரலாறும்

மூன்று முறை தேசிய விருது பெற்ற நூலாசிரியர்

டாக்டர் எஸ். நவராஜ் செல்லையா

M.A., M.P.Ed., Ph.D., D.Litt. D.Ed., FUWAI.



ராஜ்மோகன் பதிப்பகம்

8, போலீஸ் குவாட்டர்ஸ் ரோடு,
தி. நகர், சென்னை-600 017.

முதற்பதிப்பு : 1988
இரண்டாம்பதிப்பு : 1996

விலை ரூபாய் 25-00

கிரேஸ் பிரிண்டர்ஸ்
சென்னை-17.

முன்னுரை

விருப்பமான செயலுக்குத் தான் விளையாட்டு எ[illegible]; பெயர். விருப்பமான செயல்களை, விருப்பமுள்ளவர்[illegible], தாங்கள் விரும்பியவாறு விளையாடப் புகும்பொழுது, [illegible]று வேறு முறைகள் முளைத்தெழுவதும், கிளைத்தெழுவதும் இயல்புதான்.

மனித முகங்கள் மட்டும் மாற்றங்களுடன் தெரிவதில்லை. மனித மனங்களும் மற்றும் குணங்களும் ஒருவர்க்கொருவர் வித்தியாசப்பட்டும் வேற்றுமைப்பட்டும்தான் தெரிகின்றன. புரிகின்றன.

மனமும் குணமும் மாறுபட்டாலும், மார்க்கம் ஒன்றாக இருந்தால்தான், வழிமுறைகள் நன்றாக இருந்தால்தான், செல்லும் வழியில் சுகமிருக்கும், கொள்ளும் பயனில் நிறைவிருக்கும்.

இல்லையேல், எதிர்பாராத சோதனைகளும் வேதனைகளும் இடையிடையே வந்து இடறிவிழும். இடறி விடும் இன்னல்களைத் தரும். எதிர்பார்த்த இன்பங்கள் எல்லாமே மாறி மாறி நம்மை எங்கேயோ விரும்பாத ஓரிடத்திற்கு இட்டுச் சென்று விடும்.

அத்தகைய அவல நிலை ஆறறிவு படைத்த மனிதர்களுக்கு வரக்கூடாது. வந்துவிடக் கூடாது என்பதால்தான், பகுத்தறியத் தெரிந்தவர்கள் பயனுள்ள செயல்களை

பண்பான வழிகளில் பயன்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும் என்பதால்தான், விருப்பமான செயல்களை, விளையாட்டுக்களை மேற்கொள்ள நல்ல விதிமுறைகளையும் வழிவகைகளையும் உருவாக்கித் தந்திருக்கின்றனர்.

விளையாட்டை விளையாட்டாகவே பலர் எண்ணிக் கொண்டிருக்கின்றனர். இது விளையாட்டாகவே செய்கின்ற முறைதான் என்றாலும், விளையாட்டைப் பற்றிய அடிப்படை கருத்து ஒரு மாதிரியாகத்தான் பொது மக்களிடையே இன்று வரை பரவி வந்திருக்கின்றது.

விளையாட்டு என்பது பல விஞ்ஞான இயல்களின் தொகுப்பு என்பதைத்தான் பலர் புரிந்து கொள்ளாமல் இருக்கின்றனர். எல்லோரும் ஆடக் கூடியதுதான் விளையாட்டு என்பதை ஏற்றுக்கொள்ளலாம்- ஆனால், ஆடக் கூடிய எல்லோருமே அறிவியல் பூர்வமாக ஆடுகின்றார்களா என்றால் அதுதான் இல்லை. இல்லவே இல்லை.

உடலியல், உடற் கூறு, உளவியல், தத்துவம், வேதியல், புவி இயல், அணுவியல் போன்ற பல அறிவியல் முறைகள் சேர்ந்ததுதான் விளையாட்டுச் செயல்களாக இன்று வளர்ச்சி பெற்றிருக்கின்றன, மலர்ச்சியுற்றிருக்கின்றன,

விஞ்ஞானக் கருத்துக்கள் எல்லாம் செயல்படும் சங்கமத் தலமாகத்தான் இன்று விளையாட்டுக்கள் விளங்கி வருகின்றன. அதனை அருமையுடன் போற்றி திறமையுடன் பயிற்சி செய்தால், தேகத்திற்கு சிறந்த பலமும், வளமும் கிடைப்பதுடன், சிந்தைக்கு சிறந்த மனோ பலமும், மகிழ்ச்சியும் அமைதியும் கிடைக்கும் என்பதுடன், பலருடன் கூடப் பழகுகின்ற வாய்ப்புக்களுடன், பிறந்த நாட்டிற்குப் பெரும் பணி ஆற்றக்கூடிய வாய்ப்பும் பெருமையும் நிறையவே கிடைக்கின்றன என்பது மறுக்க முடியாத மறக்க முடியாத உண்மைதான்.

அத்தகைய அருமை மிகுந்த விளையாட்டுக்களில், அனைவரும் விரும்பி ஆடுகின்ற ஆறு முக்கியமான விளையாட்டுக்கள் பற்றிய வரலாற்றினைக் கூறி, விளையாட மேற்கொள்ளும் நுண்திறன்களை, படிக்கின்ற அனைவரும் எளிதில் புரிந்து கொண்டு பயன்பெறும் வகையில் எழுதியிருக்கிறேன்.

தேவையான இடங்களில், படங்களுடன் விளக்கம் தந்திருக்கிறேன். இந்த நூலை கிரேஸ் பிரிண்டர்ஸ் மிக அருமையான முறையில் அச்சிட்டுத் தந்திருக்கின்றார்கள்.

நூல் வெளிவர திரு. R. ஆதாம் சாக்ரட்டீஸ் மேற்கொண்ட முயற்சிகளுக்கும் உதவிக்கும், என் அன்பையும் நன்றியையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறன்.

என்னுடைய விளையாட்டுத்துறை நூல்களை ஏற்று ஆதரித்து உதவுகின்ற தமிழறிந்த தகைமையாளர்களிடையே மேலும் ஒரு புதிய நூலை அளிக்கிறேன்.

எப்பொழுதும் போல் ஏற்று உதவ வேண்டுகிறேன்.

அன்பன்,

ஞானமலர் இல்லம்,
சென்னை-600 017

எஸ். நவராஜ் செல்லையா
(நவன்)
24—1—1981

ஆசிரியரின் பிறநூல்கள்

விளையாட்டுக்களின் கதைகள்	15-00
விளையாட்டு உலகில் சுவையான சம்பவங்கள்	5-00
விளையாட்டுத் துறையில் சொல்லும் பொருளும்	4-50
Quotations on Sports and Games	7-00
சடுகுடு ஆட்டம்	7-00
மென் பந்தாட்டம்	6-00
விளையாட்டு உலகில் வீரக் கதைகள்	3-00
வழிகாட்டும் விளையாட்டு வீரர்கள்	3-25
கிரிக்கெட் ஆட்டத்தின் கதை	4-50
விளையாட்டுக்களின் வழிமுறைகளும் வரலாறும்	11-00
வாழ்க்கைப் பந்தயம்	6-00
ஒலிம்பிக் பந்தயத்தின் கதை (மத்திய அரசு பரிசு பெற்ற நூல்)	3-00
விளையாட்டுக்களுக்குப் பெயர் வந்தது எப்படி?	3-25
விளையாட்டுக்களின் விதிகள்	14-00
கால் பந்தாட்டம்	4-00
கைப் பந்தாட்டம்	4-00
கூடைப் பந்தாட்டம்	4-00
வளைகோல் பந்தாட்டம்	4-00
கிரிக்கெட் ஆட்டத்தில் கேள்வி பதில்	4-00
பூப்பந்தாட்டம்	5-00
வளையப் பந்தாட்டம்	2-50
கோகோ ஆட்டம்	4-50
கேரம் விளையாடுவது எப்படி?	4-00
சதுரங்கம் விளையாடுவது எப்படி?	4-00
நீங்களும் ஒலிம்பிக் வீரராகலாம்	6-00
கூடி விளையாடும் குழு விளையாட்டுக்கள்	4-00

ஒரு நூறு சிறு விளையாட்டுக்கள்	5-50
விளையாட்டு விருந்து	5-00
விளையாட்டு விழா நடத்துவது எப்படி?	5-00
விளையாட்டுக்களில் விநோதங்கள்	3-50
விளையாட்டு அமுதம்	3-50
விளையாட்டு உலகம்	3-50
விளையாட்டுச் சிந்தனைகள்	3-00
விளையாட்டுக்களில் விறுவிறுப்பு வினா விடை	3-00
பாதுகாப்புக் கல்வி	2-50
General Knowledge in Sports and Games	1-25
பயன் தரும் யோகாசனப் பயிற்சிகள்	5-00
இந்திய நாட்டுத் தேகப் பயிற்சிகள்	4-00
நீங்களும் உடலழகு பெறலாம்	3-50
பெண்களும் பேரழகு பெறலாம்	4-00
உடலழகுப் பயிற்சி முறைகள்	3-25
தொந்தியைக் குறைக்க சுலபமான வழிகள்	2-25
எதற்காக உடற் பயிற்சி செய்கிறோம்	5-00
நல்ல கதைகள் (பாகம் 1)	1-50
நல்ல கதைகள் (பாகம் 2)	1-50
நல்ல கதைகள் (பாகம் 3)	1-50
கடவுள் கைவிட மாட்டார்	2-00
பண்பு தரும் அன்புக் கதைகள்	2-00
தெய்வ மலர்	2-00
நல்ல பாடல்கள்	1-75
செங்கரும்பு	2-00
மாணவர்க்கேற்ற மேடை நாடகங்கள்	3-75
நவனின் நாடகங்கள்	3-50
நல்ல நாடகங்கள்	2-25

பொருளடக்கம்

1. கால் பந்தாட்டம்

2. கூடைப் பந்தாட்டம்

3. கைப் பந்தாட்டம்

4. வளைகோல் பந்தாட்டம்

5. சடுகுடு ஆட்டம்

6. கோகோ ஆட்டம்



வரலாறு

காண்பவர்களின் கருத்தினைக் கவர்ந்திழுக்கின்ற அளவுக்குக் கவர்ச்சியான ஆட்டம் கால்பந்தாட்டமாகும். பார்த்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுதே, ஆட்டத்தில் தானும் பங்கு பெற்று ஆடுவது போன்ற உணர்வினை எழுப்பி, முன்புறமாகக் கால்களை தன்னையறியாமலே உந்தித்தள்ளும் வகையில் உற்சாகம் ஊட்டக் கூடிய ஓர் அற்புதமான ஆட்டமும் ஆகும்.

எங்கெல்லாம் மனித இனம் ஆதிகாலத்தில் இருந்ததோ, அங்கெல்லாம் இந்த மாதிரி ஆட்டம் இருந்திருக்கிறது. ஏனென்றால், கீழே கிடக்கும் ஒரு பொருளை எத்தித்தள்ளி மகிழும் பழக்கம் எல்லா வயதினரிடத்தும் இயல்பாகவே இன்றும் அமைந்திருக்கின்றனவே!

இது ஒரு இயற்கையான இயல்பூக்கமாகும். உவகை கலந்த உணர்வும் ஆகும். இத்தகைய உணர்வு மிக்க விளையாட்டு எல்லா நாட்டிலும் ஏதோ ஒரு வகையில், எப்படியோ ஒரு நிலையில் ஆடப்பட்டதாக வரலாற்றுக்கும் அப்பாற்பட்ட, உட்பட்ட சான்றுகளால் அறிய முடிகின்றது.

ஆனால், இது எந்த நாட்டில் ஆடப்பட்டது, எப்படி ஆடப்பட்டது, எத்தகைய வளர்ச்சியுடன் இருந்து வந்தது என்றெல்லாம், நம்மால் அறிந்து கொள்ள முடியவில்லை. வரலாற்றாசிரியர்களின் வாட்டமிலா உழைப்பின் காரண மாக, ஆங்கங்கே ஒரு சில குறிப்புக்கள் உண்மையை தெள்ளத் தெளிவாகக் காட்டியிருக்கின்றன.

அவ்வாறு கூறப்பட்டிருக்கும் ஒரு சில குறிப்புக்களை நாம் ஆராயும் பொழுது, உதைத்தாடும் பழக்கத்தினால் உலகமக்கள் உற்சாகமானதொரு உவப்பான சூழ்நிலையில் உலவியிருந்தனர், உரிய அனுபவங்களை வாழ்க்கைக்கு வேண்டிய முறையிலே பெற்று உய்ந்தனர் என்பதை யெல்லாம் அறிய முடிகின்றது.

அத்தகைய அரிய ஆராய்ச்சிக் குறிப்புக்கள் சிலவற்றை இனிமேல் இங்கே காண்போம்.

பழங்காலத்தில் இது போன்ற ஒரு ஆட்டம் இருந்தது; அதில் பங்கு பெற்ற ஆட்டக்காரர்கள் அத்தனை பேரும் கணுக்கால் வரை உயர்ந்துள்ள ஒரு வகைக் காலணியை (Boot) அணிந்திருந்தனர்; அந்தக் காலணியில் நீண்ட ஆணிகள் பொருத்தப்பட்டு வெளிநோக்கி வந்திருந்தன; அவர்கள் ஆடிய ஆடுகளத்தின் அளவு 200 கெசம் நீளமுள்ள தாக இருந்தது; இரண்டு உயர்ந்த கம்பங்களில் இணைக்கப் பட்ட குறுக்குக் குச்சியின் வடிவே அதன் இலக்காக (Goal) இருந்தது'' என்று ஒரு சரித்திர ஆசிரியர் விரித்துரைகின்றார்.

ஆனால் அந்த இடம் எது என்று சரியாக புலனாகாத காரணத்தால், இதன் தோற்றத்தின் காலமும் தெளிவற்ற தாகவே இருக்கிறது.

உலகப் பெருங்கவிஞன் ஃகோமர் (Homer) எழுதியுள்ள ஆறாவது புத்தகமான ஒடிசி (Odyssey) என்ற நூலில், கால்

பந்தாட்டத்தைப் பற்றிய குறிப்பு ஒன்று மறை பொருளாக குறிப்பிடப்பட்டிருக்கிறது. முழு விவரமும் தெரியவில்லை.

பாபிலோனிலும் (Babylon) பண்டைய எகிப்திலும் வாழ்ந்த மக்கள், ஒரு வகை கால் பந்தாட்டத்தை ஆடி வந்தனர் என்பதற்கு சான்றுகள் உள்ளன என்பார் சில ஆசிரியர்கள். இன்னும் முக்கியமான இரண்டு நாடுகளில் கால் பந்தாட்டம் இருந்ததாகக் கூறப்படும் வரலாற்றையும் சிறிது காண்போம்.

கால் பந்தாட்டத்தைப் போலவே பல வழிகளில் ஒத்திருக்கும் விளையாட்டொன்றை, பண்டைய கிரேக்கர்கள் ஆடி வந்ததாகத் தெரிய வருகின்றது. இதற்குப் பெயர் **'கர்பாகூடன்'** (Harpaston) என்பதாகும். "ஒரு குழுவினர் மறு குழுவினருக்காக உள்ள கடைக்கோட்டைத் தாண்டி (End Line) அதன் மேலே பந்தை வைக்க முயற்சிப்பார். மற்ற குழுவினர் அதைத் தடுத்து, எதிர்க்குழுவினரின் கடைக் கோட்டில் வைக்க வேண்டும்." இதுதான் முக்கிய விதி. மற்றும் இதற்கென்று, தனிப்பட்ட விதிகளோ (Rules) ஒழுங்கோ (Form) ஆட்டத்தில் கிடையாது.

இந்த ஆட்டமும் ஸ்பார்ட்டா (Sparta) என்ற நாட்டில் பிறந்ததாகச் சொல்லப்படுகிறது. "ஸ்பார்ட்டா நாட்டின் வீரர்களுக்கு நல்ல உடற் பயிற்சியையும், நல்ல உடலுறுதி யையும் அளிப்பதற்காகவே இந்த ஆட்டம் பயன்படுத்தப் பட்டது. பின்னர். இந்நாட்டின் பண்பாடு, கலாச்சாரம் எங்கும் பெருகி வளரவே, இது கிரேக்க நாட்டிற்கும் பரவியது. கிரேக்கர்களும் இந்த ஆட்டத்தை மிகவும் விரும்பி பெருமளவில் ஆடத் தொடங்கினர். இதன் பின் தான் இந்த ஆட்டம் ரோமானியர்களால் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டது" என்று கூறுவர் சரித்திர ஆசிரியர்கள்.

கிரேக்க நாட்டு **ஜுலியஸ் போலக்ஸ்** (Julius Pollux) எழுதிய நூல்களில், ரோமானியர் கால் பந்தாட்டத்தை

பற்றிய குறிப்புக்கள் பல இடங்களில் காணக் கிடக்கின்றன. ரோமானியர்கள் ஆடி வந்த விளையாட்டில்-பந்து காற்றடிக் கப்பட்டு, உருவத்தில் பெரியதாக இருந்தது. இதைக் 'கைப்பந்து' (Hand ball) என்பாரும் உண்டு. ஏனெனில். 16, 17-ம் நூற்ருண்டுகளில் பழக்கத்தில் இருந்த 'பலூன் பந்து' (Baloon ball) என்ற ஆட்டத்தைப் போலவே இது இருந்தது.பலூன் பந்தும் காற்றடிக்கப்பட்டு இருந்தது. பந்தை உயரத்திலே இருத்தி, முடியும் வரை மேலேயேத் தட்டிக் கொண்டிருப்பதே ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம். இதுதான் கால அளவிலே கால் பந்தாக மாறி வந்திருக் கிறது என்று நம்பப்படுகிறது.

இந்தச் சான்றுகளுக்கும் மறுப்புரைக்கப்படுகின்றது. "இவ்வளவு பெரும்பான்மையாக கிரேக்கர்கள் ஆடி வந்த ஆட்டம், ஏன் கிரேக்க நாட்டில் கோலாகலமாகக் கொண்டாடப்படும் 'ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்கள்' (Olympic games) பட்டியலிலே இடம் பெறவில்லை"? எங்கும் இதைப் பற்றி ஒரு வரி கூட குறிப்பிடப்படவில்லை"? என்று ஒரு விளைவை சரித்திர ஆசிரியர் ஒருவர் எழுப்புகின்ருர். கேள்விக்குரிய தகுந்த பதில் கிடைக்கவில்லை. ஆகவே நாம் அடுத்த நாட்டைக் காண்போம்.

"சீனுவில்தான் (China) கால் பந்தாட்டம் பிறந்தது. பண்டைய சீனர்கள் (Inhabitance) தான் இதை முதன் முதலில் ஆடி வந்தனர். அவர்கள் ஆடிய பந்து, தோலிலே கிழிக்கப்பட்ட எட்டுத்துண்டுகளால் உருவாக்கப்பட்டு, அதிலே மயிர் திணிக்கப்பட்டிருந்தது". ஆகவே சீனுவில்தான் கால் பந்தாட்டம் பழமை காலந்தொட்டு இருந்தது எனக் கொள்ளலாம்" என்று பேராசிரியர் ஜில்ஸ் (Professor Giles) என்பவர் உரிமை கொண்டாடுகின்ருர் இந்தக் கருத்துக்கும் ஒரு மறுப்புரை இருக்கிறது.

சீனுவிலே கால்பந்தாட்டம் எப்படித் தோன்றியது? எவ்வாறு மறைந்தது? என்று இவரால் சொல்லப்படவில்லை.

அந்த விளையாட்டின் அடிச்சுவடே அந்த நாட்டில் இல்லாது ஒழிந்ததற்குக் காரணமும் இவரால் கூறப்படவில்லை. அந் நாட்டின் இலக்கியம், பண்பாடு, நுண்கலைகள் இவற்றில் எந்தவிதமான உருவகமும்; மற்றும் எழுத்துச்சான்றுகளிலும் இதைப்பற்றியே எழுதப்படவில்லை. தற்காலத்தவர்க்கும் இவ்வாட்டத்தில் போதிய ஆர்வமும் ஊக்கமும் இல்லை என்பதையும் நாம் காணுகின்றோம்.

எனவே, மற்ற ஆசிரியர்கள் கூறுவது தவறென்றால் பேராசிரியர் ஜில்ஸ் மட்டும் கூறுவது எப்படி உண்மையாக இருக்க முடியும்'' என்பதே அந்த மறுப்புரை ஆகும். ஆகவே, பண்டைய நாட்களில் இந்த ஆட்டம் பல நாடுகளில் 'இருந்தது' என்பதற்கு ஆதாரங்கள் இருந்தாலும், பிறந்தது எங்கு? என்பதுதான் சிக்கலில் முடிகின்றது. நம்பகமான ஆதாரங்களும் உண்டு என்று சில சரித்திர ஆசிரியர்கள் கூறுகின்றனர். அதையும் இங்கு காண்போம்.

பதினோரும் நூற்றாண்டில் (1016- 1042) இங்கிலாந்தை ஆண்டு கொண்டிருந்த டென்மார்க்கு நாட்டினர் (Danes), ஆட்சி பொறுப்பை விட்டுவிட்டுத் தங்கள் தாயகத்திற்குச் சென்றுவிட்டனர்.

ஒருநாள், பழைய போர்க்களப் பகுதியை வெட்டிச் சோதனை செய்து கொண்டிருந்த 'புதைபொருள் ஆராய்ச்சி வல்லுனர்கள்' (Excavators) ஒரு மண்டை ஓட்டைக் காண்கின்றனர். அந்தத் தலை ஒரு டென்மார்க் நாட்டினன தாகதான் இருக்க வேண்டும்' என்று முடிவு கட்டுகின்றனர்.

டென்மார்க் மீதும் அந்நாட்டினர் மீதும் கொண்டுள்ள தீரா வெறுப்பை வெளிப்படையாக காட்ட அம்மண்டை ஓட்டை அவர்கள் காலால் எத்தித் தள்ளுகின்றனர். இப்படி உதைத்து தங்கள் வெறுப்பைக் காட்டி மகிழும் நிகழ்ச்சியில் எல்லோரும் பங்கு கொள்ள நேர்ந்த பொழுது, முன்னும்

பின்னுமாக ஒருவர் மாற்றி ஒருவர் உதைக்க வேண்டிய சூழ்நிலை அமைகிறது.

வெறுங்காலால் மண்டை ஓட்டை உதைக்கும் பொழுது காலுக்கு உண்டாகும் வலியைத் தீர்க்க, கணுக்கால் வரை அணியும் ஒருவகை காலணியை அணிந்துகொள்ளுகின்றனர். செருப்பினுல் உதைப்பதால், எதிரியை இன்னும் ஏளனப் படுத்துகிருேம் என்ற எணணம் அவர்களுக்கு அப்படி ஒரு மகிழ்ச்சியைக் கொடுக்கிறது.

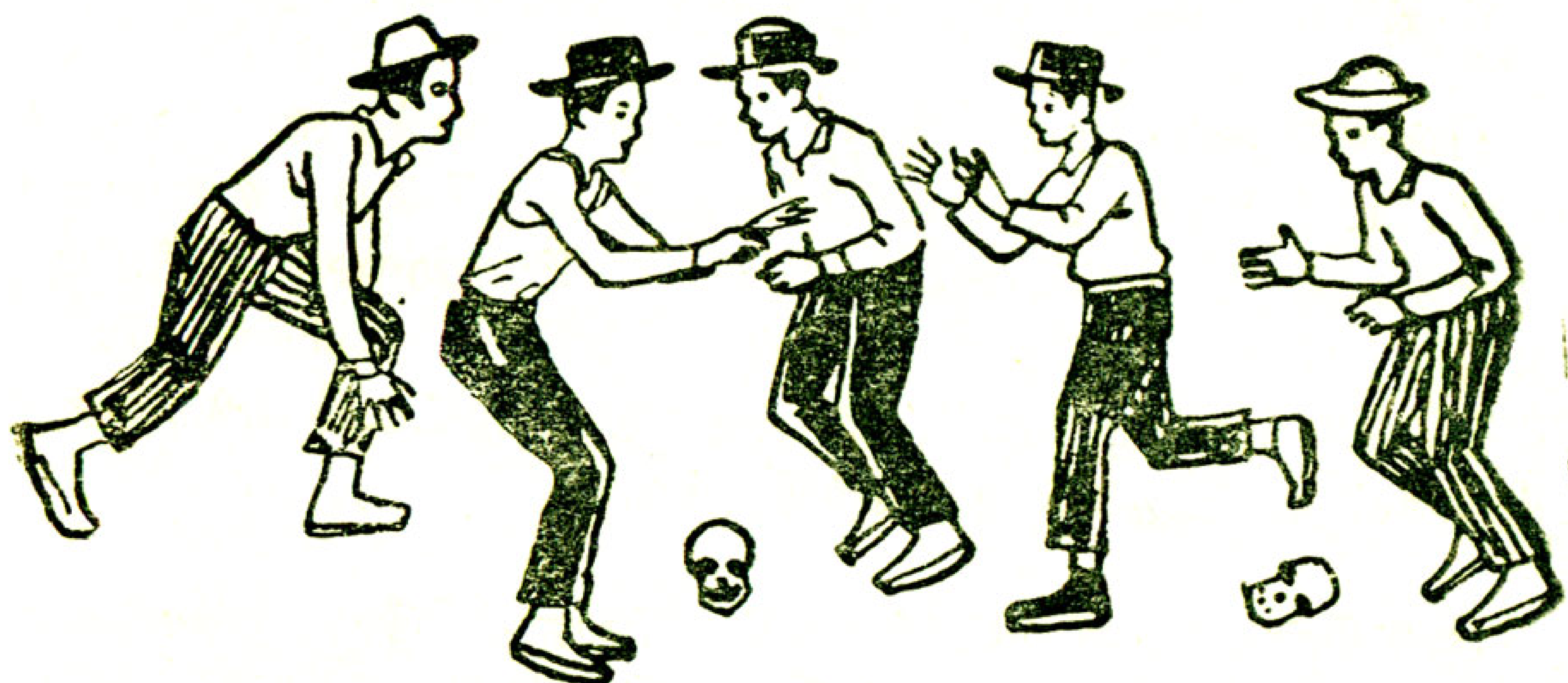
ஆர்வமும் உற்சாகமும் அளவுக்கு மீறிப் பெருகவே, மக்கள் இதையே ஒருவகை சிறந்த ஆட்டம் என்றெண்ணி உதைத்து ஆடிக் களித்தனர்.

நாட்கள் கழிந்தன. மக்களின் இதயமெல்லாம் இனம் தெரியாத இன்பம். புதிய புதிய மண்டை ஓடுகள் தினந்தினம் மண்ணிலிருந்து தோண்டி எடுக்கப் பட்டன. காலணி உள்ளவர்களும் இல்லாதவர்களும் கூடிக்கூடி உதைத்துக் களிக்கின்ற நேரத்திலேதான், புதிய மாற்றம் ஒன்று நிகழ்ந்தது. இந் நிகழ்ச்சிதான் கால் பந்தாட்டம் தோன்றியதற்குக் காரணமாய் அமைந்தது என்பார்கள்.

வயதுவந்தோரைக் காட்டிலும் அதிக ஆர்வம் கொண்டு ஆடிய ஒரு சிறுவன், மண்டை ஓட்டிற்குப் பதிலாக காற்று அடித்த பசுத்தோல் பை' (Inflated cow bladder) ஒன்றைக் கொண்டு வந்தான். அதை உதைப்பதற்கு எளிதாக இருந்ததாலும், பந்தாக விளங்கக் கூடிய மண்டை ஓடு கொஞ்சங் கொஞ்சமாக மறையலாயிற்று. ஆட்டத்தில் தோல்பையே இடம் பெற்ருலும், விளையாட்டில் தோல்பை 'டேனின் மண்டைஓடு' என்றே உதைப்பவர்களால் நினைவில் கொள்ளப்பட்டது. இந்த ஆட்டத்தின் பெயரே 'டேன் மண்டை ஓட்டை உதைத்தல்' (Kicking The Dane's Head) என்பதுதான்.

"டேன் நாட்டினன் ஒருவன் இங்கிலாந்தில் பிடிக்கப் பட்டுக் கொல்லப்பட்டதாகவும், அந்தத் தலை ஆத்திரத்தில் எத்தப்பட்டதாகவும், அந்த நிகழ்ச்சியே இம்மாதிரியான விளையாட்டாக மாறியது" என்றும்;

"கி. பி. 217- ஆம் ஆண்டு ரோமுக்கும் பிரிட்டனுக்கும் நடைபெற்ற போரில், ரோமானியர்களை விரட்டியடித்த விழாவை, பிரிட்டன் கோலாகலமாகக் கொண்டாடிய நிகழ்ச்சியே இதன் ஆரம்பம்" என்றும் மாறுபட்ட கருத்துக்கள் பலவுண்டு.



என்றாலும், கால்பந்தாட்டத்தின் அடிப்படை, மண்டை ஓட்டை உதைத்ததிலிருந்துதான் வந்திருக்கிறது என்றே கூறலாம். ஆக, இங்கிலாந்துதான் இந்த ஆட்டத்தின் தாயகமா! என்றால் அதையும் உறுதியாக சொல்வதற்கில்லை.

இருந்தாலும், இந்த ஆட்டம் இங்கிலாந்தில்தான் வளர்ந்தது, செழுமை அடைந்தது என்பதற்கு நிறைய சான்றுகள் உள்ளன. முன்னே நாம் கண்ட நாடுகளில் வாழ்ந்த வரலாறு இருந்ததே தவிர, வளர்ந்த, பிறந்த வரலாறு எதுவும் இல்லை. இங்கிலாந்தில் இரண்டும் இருப்பதால் கால்பந்தாட்டத்தை, வளர்த்து, உலகில்

உலவ விட்ட பெருமை இங்கிலாந்தையே சாரும் என்று நாம் உறுதியாகக் கூறலாம்.

வளர்ச்சி

பதினோரும் நூற்றாண்டில் காற்றடித்த பசுத் தோல் பை கால்பந்தாக மாறிய பிறகும் ஆட்டத்தில் முரட்டுத் தனமும் முரண்பட்ட செயலும் அதிகமாக இடம் பெற்று வந்தன. காரணம் அந்தத் தோல் பை மண்டை ஓடாக நினைவில் கொள்ளப் பட்டதேயாகும். இந்த சூழ்நிலையிலே தான் ஆட்டம் அதிக அளவில் வளர ஆரம்பித்தது.

பன்னிரெண்டாம் நூற்றாண்டு வந்தது. கால் பந்தாட்டத்திற்கு மறுமலர்ச்சியைத் தருகின்ற காலமாக அமைந்தது. "அடிப்படை விதிகள் (Fundamental Rules) எதுவும் இல்லை. ஆடுவோர் எண்ணிக்கைக் கணக்கிடப்பட வில்லை, இலக்கும் இல்லை". இருந்தாலும் ஆட்டம் மக்களுக்கு உற்சாகம் தருவதாய் அமைந்திருந்தது.

ஆடுகின்ற இரு குழுக்களும் (Teams) இரு நகரங்கள் ஆகும். (Town) பந்தைத் தூக்கி மேலேயிருந்து கீழே போட்டால், அதுவே ஆட்டம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது என்று அர்த்தம். ஒரு குழுவில் ஆட்டக்காரர்கள் நூற்றுக்கு மேற் பட்டு இருப்பார்கள். அக்குழுவில் இடையிடையே பொது மக்கள் வந்து சேர்ந்து கொண்டேயிருப்பார்கள். எதிர்க் குழுவிற்கு உரிமையான நகருக்குள் கொண்டு போய் பந்தை அடித்துத் தள்ளுவதுதான் ஆட்டத்தின் நோக்கம்.

அதற்காக ஆடுவோர்கள் எந்தவிதமான முறைகளையும் முயற்சிகளையும் பின்பற்றத் தயங்குவதேயில்லை. வெற்றிபெற வேண்டும் என்பதற்காக பந்தை உதைப்பதும், வேண்டும் என்றே ஆளை உதைப்பதும், இன்னும் இழிவான முறை களிலும் அவர்கள் ஆடத் தொடங்கினர்கள். விளையாடத்

தொடங்கும்போது கூச்சலிடுவதும், ஊளையிடுவதும், கொக்கரிப்பதும், கூத்தடிப்பதுமாக அவர்கள்பொழுதை கழித்தனர். விதிகள் இல்லாத விளையாட்டில் வேதனைதரும் நிகழ்ச்சிகள் நடந்தன என்றால், வியப்பிற்கு இடமேயில்லை அல்லவா!

தங்கள் நகரிலிருந்து எதிர் நகரத்திற்குள் பந்தைச் செலுத்தி விட்டு வெற்றி பெற்ற வீரர்கள். தங்களுக்கு ஏற்பட்ட மகிழ்ச்சிப் பெருக்கை வெளிப்படுத்த, சிறிய சிறிய நகருக்குள்ளே புகுந்து அங்குள்ள வீதிகளில் பந்தை எத்திக் கொண்டு ஓடுவார்கள். அவர்கள் எதிரில் வரும் மனிதர்களுக்கும் எதிர்படும் பொருட்களுக்கும் எந்த நேரத்தில் எந்த விதத்தில் ஆபத்து நேரும் என்பது யாருக்கும் தெரியாது.

கடைக்காரர்களும், வாணிகம் செய்பவர்களும், தங்கள் கடைகளை அடைத்து, மூடிக் கொண்டு, நடுங்கி, ஒடுங்கி, நலிந்து, மெலிந்து அவர்கள் அந்த இடத்தை விட்டு நகரும் வரைக்கும் பதுங்கிக் கிடப்பார்கள். அவர்கள் அங்கிருந்து சென்று விட்டனர் என்று நெருங்கிப் போய்ப் பார்த்தால், அந்த இடம் யானைகள் நடந்த நெல் வயலைப் போன்று நாசமாகிக் கிடக்கும். இவ்வாறு அடிக்கடி பாதிக்கப் பட்டவர்களும், பயமுள்ளவர்களும் இந்த பாழ் நிலை போக, ஆட்சிக் குழுவினருக்குத் தைரியமாகச் சென்று தெரிவித்தனர்.

'கட்டிடங்கள் இடி படுவதும், கடைகள் நாசமாவதும், மக்கள் அவதியுறுவதும் தடுக்கப் பட வேண்டும்' என்று அரசாங்கம் முடிவெடுத்தது. 'டேன் தலையை எத்துதல்' என்னும் ஆட்டத்தை ஆடுவோர் இனி நகரத்திற்குள்ளே வந்து ஆடக் கூடாது. மீறினால், இந்த விளையாட்டே ஆட விடாது அழிக்கப்படும்'. இவ்வாறு கட்டளை பிறந்தது.

விளையாடுகின்ற ஆடுகளம், பரந்து கிடந்த நிலையை விட்டு விட்டு, குறிப்பிட்ட எல்லைகளுக்கிடையே வாழத்

தொடங்கியது. ஆடுவோர் எண்ணிக்கையும் குறைக்கப் பட்டது. இரு குழுவிலும் சமமான எண்ணிக்கையுள்ள ஆட்டக் காரர்களே ஆடுவதற்கு அனுமதிக்கப் பட்டனர். அந்தந்தக் குழுவில் உள்ள கடைசிக் கோடே இலக்காகக் கருதப்பட்டது.

'டேன் தலையை எத்துதல்' (Kicking the Dane's Head), 'தோல் பையை உதைத்தல்' (Kicking the Bladder) என்ற பெயர்களே பன்னிரண்டாம் நூற்றாண்டு வரை இந்த ஆட்டத்திற்கு நிலவி வந்தன. பிறகு பெயரை மாற்றி 'ஃபுட்பாலி' (Fut Balle) என்று பெயரிட்டனர். ஆட்டத்தில், மக்களின் உள்ளம் அதிகமாக ஈடுபட்டது. பிற விளையாட்டுக்கள் தேய்பிறையாக மாற, புட்பாலி மட்டும் நாட்டில் வளர ஆரம்பித்தது.

விளையாட்டில் ஈடுபட்ட உள்ளங்கள், விற்பயிற்சியில் ஈடுபட மறுத்தன, ஊக்கம் குறையவே, விற்பயிற்சியும் குன்ற ஆரம்பித்தது. இதைக் கண்ணுற்ற இங்கிலாந்து அரசர் இரண்டாம் ஹென்றி (Henry II), சட்டத்தின் துணையை நாடினர். சட்டம் அவருக்கு சாதகமாகப் பிறந்தது. ஆட்டக் காரர்களின் நெஞ்சிலே சஞ்சலம் தலை தூக்கியது.

''புட் பாலி' ஆட்டக்காரர்கள் இனிமேல் இந்த விளையாட்டை ஆட முனைந்தால் — கடுமையாகத் தண்டிக்கப் படுவார்கள். ஆடுவோரை — விளையாட ஊக்குவிப்போரும், ஆடுவதற்கு விளையாட இடமளிப்போரும் வன்மையாகத் தண்டிக்கப் படுவார்கள்''.

இந்தச் சட்டத்தால் ஆட்டம் வளருகின்ற வாய்ப்பை இழந்தது. பதினான்காம் நூற்றாண்டு வரை சட்டமும் தொடர்ந்தது. ''அமைதி குலைவதாலும், கூச்சலும் குழப்பமும் பெருகுவதாலும், கடவுள் தடுத்த கொடுமைகள்

மிருந்து பரவி வருதலாலும், இந்த விளையாட்டை ஆட விடாது நான் தடுக்கிறேன்''. மன்னர் 'இரண்டாம் எட்வர்டு' (Edward II) இவ்வாறு சட்டத்தைத் தீட்டிப் புதுப்பித்தார்.

காலம் மாறிக் கொண்டே வந்தது. ஆனால் கால் பந்தாட்டத்திற்கு நல்ல காலம் பிறக்கவில்லை. "அரியணையில் ஏறி ஆட்சி செய்தவரெல்லாம் விளையாட்டை வெறுத்தொதுக்கினால், விளையாட்டுத் துறை வாழவா முடியும்?''

'மூன்றும் எட்வர்டு', (Edward III) எட்டாம் ஹென்றி (Henry VIII) போன்ற மன்னர்கள் தங்கள் முன்னோர்களின் திட்டத்தையும், சட்டத்தையும் முழு மூச்சாகப் பின் பற்றி விளையாட்டைக் குழி தோண்டிப் புதைக்க முற்பட்டனர். அவர்களின் முயற்சி வெற்றியடையு முன்னரே செத் தொழிந்தனர். பெண்ணரசி ஒருவரும் பட்டத்திற்கு வந்தார். மாட்சிமை தங்கிய 'ராணி எலிசபெத்' அவர்கள் (Queen Elizebeth) 1779ஆம் ஆண்டு, கால் பந்தாட்டத்தை ஆடிய குற்றத்திற்காக 'சாண் ஓங்கெல்' (John Wonkell) என்பாருக்கு ஒரு வார சிறைத் தண்டனையையும், மாதா கோயிலுக்குச் சென்று அபராதத் தொகையையும் கட்டி விட வேண்டுமென்று கட்டளையிட்டார்கள்.

இவ்வாறாக, நாடாள வந்தோர்களின் நச்சுப் பிடியிலே சிக்கிச் சுழன்று, தடுமாறி, உருமாறி, 400 ஆண்டுகள் கஷ்டப்பட்டும், கால் பந்தாட்டம் மக்கள் மனதை விட்டு மறையாமல் இருந்தது. ஆனால் ஆடுகின்ற வாய்ப்பின்மையால், தொடர்பு மட்டும் குறைந்து கொண்டே வரலாயிற்று.

பதினாறும் நூற்றாண்டு பிறந்தது. வெடி குண்டுகளும், துப்பாக்கிகளும், மிகுந்த அளவிலே போர் முனையிலே

பயன்படுத்தப்பட்டன. இதனால் விற்பயிற்சியைப் பின்பற்று வாரில்லாது போனது. அதிலிருந்த ஆர்வமும் ஆசையும் குன்றலாயின.

இந்த நேரத்தை மக்கள் நல்ல முறையில் பயன் படுத்திக் கொள்ள விழைந்தனர். மன்னரிடம் சென்று, ஆட்டம் வேண்டுமென்று வேண்டுகோள் விடுத்தனர். தலைமைப் பீடத்திலே இருந்த மன்னருக்குத் தன்மையும், தெளிந்த மதிவன்மையுமிருந்ததால், மக்கள் சமுதாயத்தை மதித்தார். பழையனவற்றைத் தள்ளி, பல புதிய சட்டங்களை இயற்றி, 1603ஆம் ஆண்டு கால் பந்தாட்டம் வளர வழி அமைத்தார்.

இந்த ஆட்டத்தை வாழ விட்ட பெருமை மன்னர் 'முதலாம் ஜேம்ஸ்' (James I) அவர்களையே சாரும். இந்த வாய்ப்பைப் பெற்ற மக்கள் உள்ளங்கள் எல்லாம் துள்ளி விளையாடின. கால் பந்தாட்ட இயக்கங்கள் இங்கிலாந்து முழுவதுமே தோன்ற ஆரம்பித்தன. மன்னரின் வாழ்த்துக்களோடு ஆட்டம் வளரத் தொடங்கியது.

பதினேழாம் நூற்றூண்டில் மன்னர் 'இரண்டாம் சார்லஸ்' (Charles II) என்பவரால், இந்த விளையாட்டு செப்பனிடப்பட்டு, விளையாடுதற்கேற்ப அமைக்கப் பட்டது என்றும் கூறப்படுகிறது. இவ்வாறு இறுதியைக் காணப் போகும் நேரத்தில் கால் பந்தாட்டம் மன்னர்களின் ஆதரவையும், வாழ்த்தையும் பெற்று, முன்னிலும் பன்மடங்கு செல்வாக்கோடு உலவத் தொடங்கியது.

பதினேழும் நூற்றூண்டின் தொடக்கத்திலிருந்து 19ஆம் நூற்றூண்டின் இடைக் காலம் வரை, இந்த ஆட்டம் ஒரு உதைத்தாடும் ஆட்டமாகவே (Kicking Game) இருந்து வந்தது. நுண் திறனும் (Skills) நேரிய செயல் முறையும் ஆட்டத்திலில்லாது, பந்தை உதைப்பதே முழு நோக்கமாகக்

கொண்டிருந்த ஆட்டக்காரர்கள், அதன் அடிப்படை நோக்கத்தை சரியாகப் புரிந்து கொள்ள முடியாத நிலையிலிருந்தார்கள்.

ஆடுகளத்தினுள் இலக்கு இல்லை. ஆடுகளத்தின் கடைக் கோடே இலக்காகப் பயன்பட்டது. பந்தைக் கால்களால் தான் உதைக்க வேண்டும் என்ற நிலையிலிருந்து, கையில் தூக்கிக் கொண்டு ஓடுதல், எறிதல் போன்ற முறைகளும் பின்பற்றப் பட்டு வந்தன. ஆடும் நேரத்தில் 'நடுவர்' (Umpire) இல்லாமலே, இரண்டு 'குழுத் தலைவர்களும்' (Captains) தங்களுக்குள்ளே உணர்ந்து கொண்டு பூசலைச் சமாளித்து வந்தனர். இந்த நிலை சிறிது சிறிதாக மாறி, 'கால் பந்து கால் பந்தாகவே' இருக்க வேண்டுமென்று விதிகளமைத்து வழிகள் வகுக்கப் பட்டன.

1846ம் ஆண்டு 'கேம்பிரிட்ஜ் கலாசாலையால்(Cambridge University) கால் பந்தாட்டத்திற்கான விதி முறைகள் ஆக்கப்பட்டு. செப்பனிடப்பட்டன. இதன் வளர்ச்சி உண்மையிலே வியக்கத்தகுந்த முறையிலேதான் இருந்தது.

1904ம் ஆண்டு ஏழு அங்கத்தினர்களைக் கொண்டு ''அகில உலகக் கால் பந்தாட்டக் கழகம் (International Foot ball Federation) தோன்றியது. இன்று நூற்றுக்கு மேற்பட்ட நாடுகளை (அங்கத்தினர்களைத்)தன்னகத்தே கொண்டு சீரிய முறையில் பணியாற்றி வருகின்றது. இன்று ஒலிம்பிக் போட்டி அளவிலே இருந்து வருவது 'கழகக் கால்பந்தாட்டமாகும்' (Association Foot ball).

கால் பந்தாட்டத்திலிருந்து பிரிந்த ஆட்டங்கள் பல நாடுகளில், பல பெயர்களில் விளையாடப்பட்டு வருகின்றன. அயர்லாந்திலே 'கேலிக் கால் பந்து' (Gaelic foot ball) என்றும்; அமெரிக்காவிலே 'அமெரிக்கன் கல்லூரிக் கால் பந்து (American College foot ball) என்றும்; கனடாவில்

'கனடா கால் பந்து' என்றும், ஆஸ்திரேலியாவில் 'ஆஸ்தி ரேலியா கால் பந்து என்றும் பல்வேறு பெயர்களில் இருந்து வருகிறது. 'ரக்பி' (Rugby) என்ற ஒருவகை ஆட்டம் இதிலிருந்து தோன்றியதாகும்.

இந்தியாவில் கால் பந்தாட்டம்

வாணிபம் செய்ய வந்த ஆங்கிலேயர்கள், தங்களுடைய தாயகத்திலிருந்து நாட்டுப் பற்றையும், நல்ல மொழிப் பற்றையும் தாங்கிக் கொண்டு வந்ததோடு அமையாது, பெருமை தரக்கூடிய பல முக்கியமான விளையாட்டுக்களையும் எடுத்துக்கொண்டு வந்தனர். அவைகளிலே முதன்மையான இடத்தைப் பெற்றிருப்பவை வளைகோல் பந்தாட்டமும், கால் பந்தாட்டமும் தான்.

கிழக்கிந்தியக் கம்பெனியாரால் இந்தியாவுக்குக் கொடுக்கப்பட்ட கால்பந்தாட்டம், முதன் முதலில் ஒரு சிலரால்தான் ஆடப்பட்டு வந்தது. அவர்களில் 'அரசாங்கப் பணியாளர்(Civil Service), 'வணிகத் தொழில் நிலையத்தார், படைத்துறையினர், பள்ளிகளிலும், கல்லூரிகளிலும் பணி யாற்றும் (ஆங்கிலேயர்) ஆசிரியர்கள் முக்கியமானவர்கள். அதன் பின்னர், இந்தியர்களும் மெல்ல மெல்ல இந்த ஆட்டத்தைக் கற்றுக் கொள்ள ஆரம்பித்தனர்.

நமது கால்பந்தாட்டம் வேரூன்றி வளர்வதற்கு ஆதாரமாக இருந்த நகரங்கள் 'கல்கத்தாவும்' 'பெங்களூரு மாகும். ஏனெனில். இங்கிலாந்தின் போர் வீரர்கள் எல்லாம் இந்த நகரங்களில் வந்து தான் தங்குவது வழக்கம். அவர்கள் ஆடிவந்ததன் விளைவே, கால் பந்தாட்டம் பல்வேறு பகுதிகளுக்கும் பரவிட வழி பிறந்தது.

நம் நாட்டில் மிகப் பழமையான கால் பந்தாட்டச் சங்கமாக இருந்தது கல்கத்தாவில் உள்ள 'டல் ஹௌசி

சங்கமாகும் (Dal housie), முதன் முதலில் ஒரு சில இடங்களில் கால் பந்தாட்டக் குழுக்கள் தோன்றின. ஆனால் அவைகள் இணைந்து கட்டுப்பாடான ஒரு தலைமையின் கீழ் இல்லை. அதனால் அக்குழுக்கள் நடத்திய 'போட்டி ஆட்டங்கள்' (Matches) எல்லாம் 'பந்தயத் தொடர் போட்டியாக (Tournament) அமையாது, 'நட்புப் போட்டி' யாக (Friendly Match) த்தான் இருந்தன. இதிலே அவ்வளவு முக்கியமான நிகழ்ச்சிகள் குறிப்பிடத் தக்கதாக அமைய வில்லை.ஆட்டத்தில் உற்சாகமும், ஆடுவோருக்குள் ஒற்றுமையும், ஆட்டத்தில் நல்ல திறமையும் ஆட்டக்காரர்களிடத்தில் தொடர்ந்து காணப்பட்டன. இதனால் போட்டி நடத்தப்பட வேண்டும் ஓர் எண்ண எழுச்சி எல்லோரிடத்திலும் எழுந்தது.

இவ்வாறு எழுந்த எண்ணத்தின் விளைவாக 1888-ம் ஆண்டு, படையில் உள்ளவர்களுக்காக மட்டும் 'டியூரண்டு கேடயத்'திற்கான (Durand foot ball trophy) கால் பந்தாட்டப் போட்டி தொடங்கப்பெற்றது. 1889ம் ஆண்டும் 1891ஆம் ஆண்டும் முறையே 'டிரேட்சு கோப்பை'க்கான (Trades cup) போட்டியும், 'ரோவர்சு கோப்பை'க்கான (Rovers cup) போட்டியும் நடத்தி ஆட்ட வளர்ச்சியை இன்னும் செழுமையாக்கினர். இந்தப் போட்டிகளில் ஈடுபட்டிருந்த ஆட்டக்காரர்களையும், பார்வையாளர்களையும், அவர்களுக்கு ஏற்பட்டிருந்த உற்சாகத்தையும் உவப்பையும் கண்டு, ஆட்டம், இன்னும் முன்னேறிவிட, 1893ஆம் ஆண்டு 'இந்தியக் கால் பந்தாட்டக் கழகத்தை' வல்லுநர்கள் பலர் ஒன்று சேர்ந்து தோற்றுவித்தனர்.

இந்திய நாட்டுக் குழுவினர்களில் ஒரு குழுவினர், சாவா பசார்' (Sava Bazar club) கால் பந்தாட்டப் போட்டியில், ஐரோப்பியக் குழுவுக்கு எதிராக ஆடி, முதன் முறையாக வெற்றி பெற்றனர். இந்நிகழ்ச்சியே இந்தியாவில் கால்

பந்தாட்டக் கழகம் காலூன்றுவதற்குக் காரணமாக அமைந்ததென்பர்.

நாட்டு அளவிலேதான் கழகம் அமைக்கப்பட்டிருந்ததே தவிர, அனைத்திந்தியாவிலும் உள்ள சங்கங்களைக் (Foot ball Clubs) கட்டிக் காக்கும் பொறுப்பும், அதிகாரமும் இதற்கு இல்லாதிருந்து. 1937ம் ஆண்டு மார்ச்சுத் திங்கள் 27ந் தேதி அதிகாரம் வாய்ந்த அகில இந்தியக் கால் பந்தாட்டக் கழகம் ஒன்று (All India Foot ball Association) தோற்றுவிக்கப்பட்டது.

நாளும் நாட்டிலே நிறைந்து, மக்களுடையஉள்ளங்களைத் தன்னுடனே இணைத்துக் கொண்ட ஆட்டம், ஒலிம்பிக் ஆட்டப் போட்டிகளிலே நம்மவர் கலந்து கொள்ளும் அளவுக்கு வலிவும் பொலிவும் பெற்று வளர்ந்தது. 1948ஆம் ஆண்டு 'இலண்டன்' மாநகரில் நடந்த ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்களில்' (Olympic games) முதன் முதலாக இந்தியா கலந்து கொண்டு 'பிரெஞ்சு' (France) நாட்டுக்கு எதிராக ஆடித் தோற்றது. 1952ம் ஆண்டு, அனுபவத்திலும் ஆற்றலிலும் சிறந்த யூகாஸ்லாவோக்கியாவோடு ஆடித் தோற்றது.

தோற்ற அனுபவமும், விளையாட்டில் உள்ள நுணுக்கப் பயிற்சிகளை அறிந்து கொண்ட ஆற்றலும், நம்மவர்கள் முன்னேற்றத்திற்குத் துணையாக அமைந்தன. அதன்பயனாக, கால் பந்தாட்டக் காலணியைப் (Foot ball boot) அணிந்தாடும் பழக்கத்தைக் கட்டாயமாக்கி, ஆடிப்பயின்றனர். இதன் பயனாக 1956-ம் ஆண்டு 'ஜகர்தாவிலே (Jakarta) நடந்த ஆசியா விளையாட்டுப் போட்டியிலே (Asian-games) இந்தியா இந்த ஆட்டத்தில் ஆசிய வெற்றி நாடாக (Asian Champion) முதலிடம் பெற்று விளங்கியது. கால் பந்தாட்டத்தில் நாம் சிறப்புற வளர்ந்திருப்பதையே காட்டுகிறது. இன்னும் முயன்றால் சீரிய நிலையையும் புகழையும் அடையலாம். முயல்வோம் அடைவோம்.

விளையாடும் முறை

ஒரு குழுவுக்கு 11 ஆட்டக்காரர்கள் உண்டு. இரண்டு 'மாற்றுட்டக்காரர்கள்' (Substitutes) எப்பொழுதும் குழுவுடன் இருப்பார்கள். ஆட்டக்காரர்கள் பதினொருவரும் அவரவருக்கான இடத்தில் நிற்பார்கள். (நிற்கும் நிலையை (Position) படத்தில் காண்க). அதில் 5 முன்னுட்டக்காரர்கள் (Forwards), 3 இடைக்காப்பாளர் (Half backs); 2 கடைக் காப்பாளர் (Full backs) 1இலக்குக் காவலன் (Goal keeper) என்று ஆடும் நிலையைப் (Position) பகுத்துக் கொண்டு ஆட வேண்டும்.

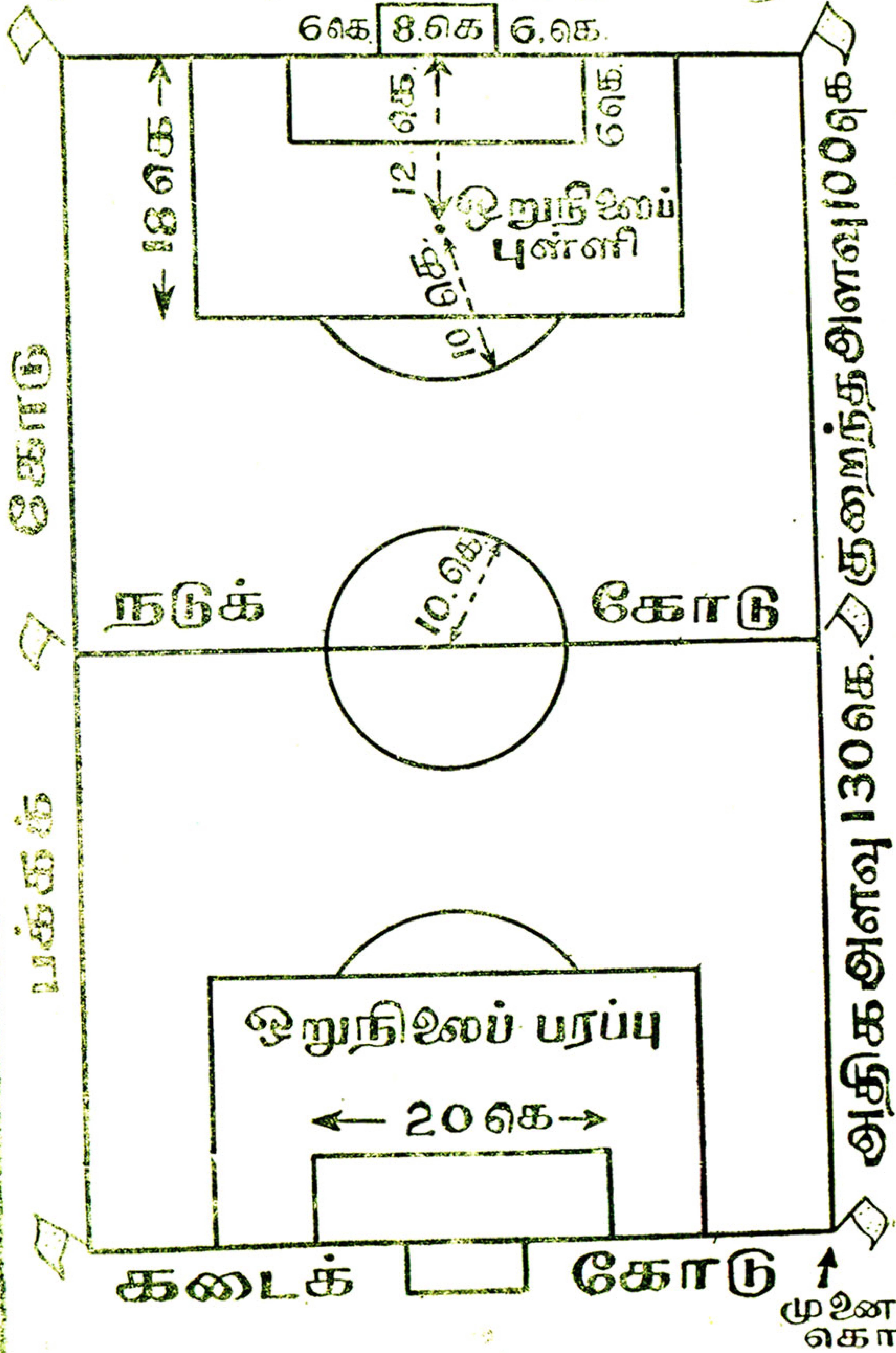
சில போட்டிகளில் 7 ஆட்டக்காரர்களையும், 9 ஆட்டக் காரர்களையும் கொண்டதொரு குழுவமைத்துக் கொண்டு (Team) ஆடுவதையும் நாம் காணுகிறோம். இந்த முறையில் நடத்தப்படுகின்ற 'தொடர்' போட்டி ஆட்டம்' (Tournament), போட்டியை நடத்துபவர்களின் வசதியையும், அவர்கள் ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் ஆட்ட விதிகளையும், மன நிலையையும் பொறுத்தே அமையும்.

ஆனல், 'அகில உலகக் கால் பந்தாட்டக் கழக' விதிகளின்படி, குழுவிற்கு 11 பேரே இருந்து ஆட வேண்டும்.

ஆட்டம் ஆரம்பிக்கு முன்னர், இரு குழுத்தலைவர்களும் (Team captains) தங்களுக்கு நிலை உதையா (Place kick) அல்லது 'ஆடுகளத்தின் ஒரு பக்கமா' (One end of the field) என்பதைத் தெரிந்து கொள்ள, நாணயத்தைச் சுண்டியெறிந்து தலையா அல்லது பூவா என்று கேட் பார்கள். இதில், கேட்டு வெற்றி பெற்றவர் இரண்டில் ஒன்றைக் கேட்டதும், மற்றவருக்கு அடுத்தது தரப்

காற்பந்தாட்ட ஆடுகளம்

அதிக அளவு 100 கெ. குறைந்த அளவு 50 கெ



படும். உடனே இரு குழுவினரும் தங்கள் தங்களது இடங்களுக்குச் சென்று, ஆடுதற்குத் தயாராக நிற்க வேண்டும்.

ஆடுகளத்தின் 'மையமான இடத்திலே' (Centre spot) பந்து வைக்கப்பட்டிருக்கும். நடுவரின் விசில் ஒலிக்குப் பிறகு 'நிலை உதை' என்று கேட்டவர்கள் உதைத்துத் தள்ளி ஆடத் தொடங்குவர். இவ்வாறு ஆட்டம் தொடங்கி வைக்கப்படுகிறது.

இரு குழுவினரும் பந்தை உதைத்துத் தள்ளி, தலையாலிடித்து, மார்பால் வயிற்ருல் தேக்கி ஆடி, எதிர் குழுவினருக்கு உரிமையான, அவர்களால் காத்துக் கொள்ளப் படுகின்ற, இலக்கை நோக்கி முன்னேறிச் செல்வார்கள். இலக்கிற்குள் ஒரு முறை பந்தை உதைத்துத் தள்ளி விட்டால், ('வெற்றி எண்' என்ற பகுதியைக் காண்க) தள்ளிய குழுவினர் ஒரு 'வெற்றி எண்' (Goal) பெறுவார். இவ்வாறு ஆட்ட இறுதியில் எந்தக் குழுவினர் அதிக எண்ணிக்கையைப் பெற்றிருக்கின்ருர்களோ அவர்களே வெற்றி பெற்றவர்களாவார்.

ஆடும் நேரம்

விளையாடும் மொத்த நேரத்தை இரண்டாகப்பகுத்து, 'ஒவ்வொரு பகுதியும் (Half) 45 நிமிடமாக வைக்கப் பட்டிருக்கிறது. இந்த நேர அளவைவிட 'குறைவான நேரம்' ஆட்டத்திற்கு இருக்க வேண்டுமானுல், இரு குழுத்தலைவர்களும் மனநிறைவோடு ஒப்புக் கொண்டால், நேரத்தைக் குறைத்து தேவைக் கேற்ப வைத்துக் கொள்ளலாம். 5 நிமிடங்களே 'இடைவேளை' நேரமாக (Interval) தரப் பட்டிருக்கிறது.

இவ்வாறு ஆடுகின்ற முழுநேர ஆட்டத்தில், எந்தக் குழுவும் எதிர்க்குழுவினருக்குள்ள இலக்கினுள் பந்தைத்

தள்ளி வெற்றி எண் பெற இயலாது போய் விட்டால், மீண்டும் 'மிகை நேரம்' (Extra time) பெற்று ஆட வேண்டும். மிகை நேர ஆட்டத்தின் ஆரம்பமும் ஆட்டத் தொடக்கத்தைப் போலவேதான் தொடங்க வேண்டும். நேர அளவும் இரு சமமாக பிரிக்கப்பட்டு, ஆட்டக்காரர்களை ஆடச் செய்ய வேண்டும். இதற்காகத் தனியே இடைவேளை நேரம் ஒதுக்கப்படவில்லை, ஆட்டக்காரர்கள் பகுதியை தங்களுக்குள் இலக்குப் (Half) பகுதியை மாற்றிக் கொள்ளும் நேரந்தான் தரப்படும். அவர்கள் இடம் மாற்றிக் கொண்ட உடனே, ஆட்டம் தொடங்கி வைக்கப்படும்.

சில முக்கியக் குறிப்புக்கள்

உலகின் எல்லா பாகங்களிலும், கால் பந்தாட்டம் இருந்து வருகின்றது. 'முக்கிய விளையாட்டுக்களிலே' (Major games) முதலிடம் பெறுவதும் இதுவே ஆகும். இந்த ஆட்டத்தில் அதிக ஈடுபாடும் அனுபவமும் பெற வேண்டுமானால், நாம் ஒரு சில விதிமுறைகளை முதலில் அறிந்து கொள்வது இன்றியமையாததாகும்.

ஏட்டின் மூலம் விளையாட்டைக் கற்றுத் தெளிவதைவிட ஆடி மகிழ்வதே இன்பம் பயக்கும். கால் பந்தாட்டம் 'உடலியக்கத்தால்' (Physical action) ஆடப்பட்டாலும், இதைப் பற்றிய எழுத்தறிவும் தேவைதான். ஆடி மகிழ்வதோடு அமையாது, அபாயமின்றியும், ஆடப்பழகிக் கொள்ள வேண்டும். இதற்கான விதிகளை தெளிவாகக் கற்க வேண்டிய அவசியத்தை, இத்துறையில் வல்லவர்கள் அதிகமாக வற்புறுத்துவார்கள்.

"ஆட்டம் எப்படித் தொடங்குகிறது? ஆட்ட விதிகள் யாவை? அதனுள் அடங்கிக் கிடக்கும் நுண்மை என்ன? தவறுகள் (Fouls) எப்படி ஏற்படுகின்றன? அதற்கான தண்டனைகள் Penalty) என்ன? (தவறுகளை தவிர்த்து

ஆடுகின்ற முறைகள் என்னென்ன?'' என்பனவற்றைத் தெரிந்து கொண்டு ஆடினுல், ஆட்டம் இனிதாக அமையும்; ஆடினதற்கேற்ற நல்ல பயனும் கிடைக்கும். இதைக் காண்பவர்களுக்கும் நல்ல மனநிறைவு உண்டாகும். முதலில் விளையாட்டில் அடிக்கடி வருகின்ற சில முக்கியமான குறிப்புகளைக் காண்போம்.

(அ) 'நிலை உதை' (Place kick or Kick-off)

இரு குழுவைச் சேர்ந்த ஆட்டக்காரர்கள். தங்களுடைய பருதியிலே (Half) தங்களுக்குரியதான இடங்களிலே நின்று கொண்டிருக்க, பந்தை உதைத்து ஆட்டத்தைத் தொடங்க இருக்கும் குழுவினர் தவிர மற்ற எதிர்க் குழுவினர், பந்திருக்கும் இடத்திலிருந்து 'பத்து கெசத்திற்கு அப்பால் (பந்தை உதைக்கும் நேரம் வரை) காத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். விசில் ஒலி மூலம் நடுவர் குறிகாட்டிய பிறகு, ஆடுகளத்தின் மையக் கோட்டிலுள்ள நடுபாகத்தில் வைக்கப் பட்டிருக்கும் பந்தை முதன் முதலாக உதைப்பதற்குத்தான் 'நிலை உதை' என்று கூறப்படும்.

ஆட்டத்தின் தொடக்கத்திலும்; ஒவ்வொரு முறையும் விதியின்படி இலக்கினுள் பந்து உதைக்கப்பட்டு 'வெற்றி எண்ணுகை' மாறிய பின்னும்; 'முதல் பகுதி நேரம்'(First half) முடிந்து இடைவேளைக்குப் பின் ஆரம்பமாகும் இரண்டாவது பகுதியின் தொடக்கத்திலும்; சந்தர்ப்ப சூழ்நிலை மாறிய காரணமாக (Unavoidable or Exceptional Circumstances) ஆட்டம் இடையிலே நிறுத்தப்பட்டு, பின்னர் ஆரம்பிக்க இருக்கும் நிலையிலும் ஆட்டத்தைத் தொடங்க, 'நிலை உதை' பயன்படுகின்றது.

நிலை உதையில் பந்தை உதைத்து. முதன் முதலில் ஆட்டத்தைத் தொடங்கும் ஆட்டக்காரர், பந்தை எதிர்க் குழுவினருக்கான பகுதியை நோக்கி ஒரு கெசதூரமாவது

உருண்டோடும் அளவுக்கு பந்தை உதைக்க வேண்டும். பிறர் பந்தைத் தொடுவதற்கு முன், தானேமீண்டும் இரண்டாவது முறையும் தொடாமல் அல்லது ஆடாமல் இருக்க வேண்டும். இதுதான் விதிகளுக்கு அடங்கிய ஆட்டம். இந்த விதிகளை மீறினல், அதற்குத் தண்டனையாக, தவறு செய்தவருக்கு எதிராக, அவர்களின் பகுதியை நோக்கி எதிர்க்குழுவினர், பந்தைத் 'தனியுதை'யால் (Free-Kick) உதைத்து, ஆட்டத்தைத் தொடங்கும் வாய்ப்பைப் பெறுகின்றனர்.

(ஆ) தனியுதை (Free-Kick)

எந்தவிதத் தடையுமே இல்லாது, எதிர்க் குழுவினரின் பகுதியை நோக்கி பந்தை உதைப்பதற்குரிய தனி வாய்ப்புப் பெறுவதையே 'தனி உதை' என்கிறோம்.

'தனியுதை' தொடங்குவதற்கு முன்னர், பந்து நிலையாக (Dead ball) (உருளாதபடி) இருத்தி வைக்கப்பட வேண்டும். பந்திலிருந்து பத்து கெசதூரத்திற்கு அப்பால், எதிர்க் குழுவினர் எல்லோரும் நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும். நடுவரின்விசில் ஒலிக்குப் பிறகே பந்தை உதைக்க வேண்டும். உதைக்கப்பட்ட பந்தை, உதைத்தவரே மீண்டும் ஆடக் கூடாது.மற்றவர் எவரேனும் பந்தைத் தொட்ட பின்னர் அவர் தொடர்ந்து ஆடுவதுதான் விதியாகும். தனியுதையை இரண்டு வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

1. **நேர்முகத் தனியுதை** (Direct Free Kick)
2. **மறைமுகத் தனியுதை** (Indirect Free Kick)

நேர்முகத் தனியுதை (Direct Free Kick)

இந்த வாய்ப்பைப் பெறுகின்ற குழுவினர், நேராகவே பந்தை உதைத்து ஆடி, எதிரியின் இலக்கிற்குள் செலுத்தி, வெற்றி எண்ணைப் பெறலாம். வேண்டு மென்றே,

விருப்பத்துடன் செய்யப்படும் குற்றங்களுக்குத்தான் நேர்முகத் தனியுதை அளிக்கப்படுகிறது. தெரியாமல் செய்வது தவறு. தெரிந்தே செய்வது குற்றம். தனியுதை யானது ஆட்டக்காரர்கள் செய்கின்ற குற்றங்களுக்காகத் தரப்படுகின்றது.

குற்றங்கள் (Intentional Fouls)

1. முரட்டுத்தனமாகவோ. ஊறு விளைவிக்கக்கூடிய முறையிலோ எதிர்க்குழுவினரைத் தாக்குதல் (Charging).

2. எதிர்க்குழுவினரை வலிய முறையில், ஊறு நேரும்படி உதைத்தலும்; உதைக்க முயலுதலும் (Kicking).

3. எதிர்க் குழுவினரைக் கட்டிப் பிடித்தல், இழுத்தல் (Holding).

4. அடித்தலும், அடிக்க முயலுதலும் (Striking).

5. கைகளாலும், உடலாலும் எதிர்க் குழுவினரை வேகமாகத் தள்ளுதல் (Pushing).

6. காலை இடறி விடுதல் (Tripping).

7. ஆளின் மேல் விழுதல், ஏறிக் குதித்தல்.

8. கையால் (வேண்டுமென்றே) பந்தைத் தடுத்து நிறுத்துதல், தூக்குதல், அடித்தல், தள்ளுதல்.

9. எதிர்க் குழுவினர் பந்தை ஆடிக் கொண்டிருக்கும் பொழுது அவர்களை நேர் நின்று தாக்காது, பின்னாலிருந்து வந்து அவர்களை மோதுவதும் தாக்குவதுமாகிய இந்தகைய ஒன்பது குற்றங்கள், ஆடுகளத்தினுள் எங்கு நிகழ்ந்தாலும் நேர்முகத் தனியுதையே தண்டனையாகத் தரப்படுகிறது.

மறைமுகத் தனியுதை (Indirect Free- Kick)

'மறைமுகத் தனியுதையால்' எதிர்க் குழுவினரின் இலக்கினுள் பந்தை நேரே உதைத்துத் தள்ளி வெற்றி எண்ணைப் பெற இயலாது. நிறுத்தி வைக்கப்பட்ட பந்து, உதைக்கப் பட்ட பிறகு, மற்ற ஆட்டக் காரர்களின் (எந்தக் குழுவைச் சேர்ந்தவராக இருந்தாலும் சரி) காலில் பட்டு இலக்கினுள் நுழைந்தால் தான் வெற்றி எண்ணைப் பெற முடியும். இந்தத் தண்டனைக்குரிய தவறுகள் (Fouls) ஆட்ட நேரத்தில், அறியாமல் நிகழக் கூடியவைகளாகும். (Unintentional).

கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள தவறுகளுக்கு தண்டனையாக, ஒரு குழுவினர், நடுவர் ஆணைக்குப் பிறகு, எதிர்க் குழுவின் பகுதியை நோக்கிப் பந்தை உதைப்பார்கள்.

தவறுகள்: (Fouls)

1. அயலிடத்தில் நிற்றல்;... (Off-side).

2. இலக்குக் காவலன் பந்தைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு நான்கு தப்படிக்கு (Four Steps) மேல் நடந்து செல்லுதல்.

3. இலக்குக் காவலனின் கையில் இல்லாத பொழுது எதிர்க்குழுவினர் அவரைத் தாக்குதல்;

4. 'உள்ளெறிதல்' (Throw- in); தனியுதை; ஒறு நிலையுதை (Penalty-Kick); இவைகளில் அடித்தவரே மீண்டும் தொடர்ந்து இரண்டாவது முறை விளையாடுதல்.

5. 'ஒறுநிலை உதை'யில் முன்னேக்கிப் பந்தை அடிக்காது, வேறு திசை நோக்கி அடித்தல்;

6. அபாயகரமாக ஒறுநிலைப் பரப்பிற்கு (Penalty area) வெளியே விளையாட முயற்சித்தல்;

(இ) ஒறு நிலை உதை (Penalty Kick)

செய்த குற்றத்திற்குத் தண்டனை அளிக்கக் கூடிய அளவிலே, எதிர்க் குழுவினர் பந்தை உதைக்கும் வாய்ப்பு பெறும் நிலைக்குத்தான் 'ஒறுநிலை உதை' என்று பெயர். (ஒறுநிலை- தண்டிக்கின்ற நிலை) முன்னே நாம் அறிந்த ஒன்பது குற்றங்களுக்கும் (Intentional Fouls) தகுந்த தண்டனை, இடமறிந்து இங்கே வழங்கப்படுகிறது.

இந்த ஒன்பது குற்றங்களும் ஒறுநிலை பரப்பிற்கு வெளியே நிகழ்ந்தால், அதற்கான தண்டனை 'நேர்முகத் தனியுதை'யாகத் தரப்படுகிறது. இவைகளில் ஏதாவது ஒன்று ஒறுநிலை பரப்பிற்கு உள்ளே நடந்தால், எதிர்க் குழுவினருக்கு 'ஒறுநிலை தனியுதை' வாய்ப்பு வழங்கப் படுகிறது.

இந்த ஒறுநிலை உதையான தனியுதை நிகழும் போது, எவ்வாறு இருக்கவேண்டும் என்று இனி விபரமாகக் காண்போம்.

எல்லா ஆட்டக்காரர்களும் ஒறுநிலைப் பரப்பிற்கு வெளியே நின்று கொண்டிருப்பார்கள். (குறைந்தது 10 கெசத்திற்கு அப்பால்)

பந்தை உதைப்பவரும் (The Player Taking the kick), அதைத் தடுத்திட நிற்கும் இலக்குக் காவலன் (The Opposing Goal Keeper) மட்டுமே உள்ளே நிற்பார்கள்.

பந்து ஒறுநிலைப் புள்ளியில் (Penalty Mark) வைக்கப் பட்டிருக்கும்...அதாவது கடைக்கோட்டிலிருக்கும் இலக்கின்

மையப் புள்ளியிலிருந்து ஆடுகளத்தின் நேர்முகமாக 12 கெசதூரத்தில் உள்ள இடம். (படத்தைப் பார்க்க)

பந்தைத் தடுக்க நிற்கும் காவலர், பந்து உதைக்கப்படும் வரை, தான் நிற்கும் கடைக் கோட்டிலிருந்து கால்களை அசைக்காது (Without Moving his Feet) நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும்.

பந்தை உதைப்பவர் நேராக இலக்கினை நோக்கியே உதைக்க வேண்டும்.

மற்றவர்களின் கால்களில் பந்து படுவதற்கு முன், உதைத்தவர் தானே இரண்டாம் முறையாக தொடர்ந்து ஆடக்கூடாது.

நடுவரின் விசில் ஒலிக்குப் பிறகு, 'உதைப்பது' (Kick) போல் பாவனை செய்யாது, உடனே உதைக்கத் தொடங்க வேண்டும்.

ஒறுநிலை உதை எடுக்கப்படும் பொழுது, தடுக்கும் குழுவினர் (Defending Team) தவறு செய்தால், உதைக்கும் குழுவினர் வெற்றி எண், பெருவிட்டாலும், மீண்டும் 'ஒறுநிலை உதை' வாய்ப்பினை மேற்கொள்ளும் உரிமையைப் பெறுவார்கள்.

'ஒறுநிலை உதை' வாய்ப்புப் பெற்ற குழுவினர் எவரேனும் தவறு செய்தால், 'வெற்றி எண்' பெற்று இருந்தாலும், மீண்டும் முன்போல், ஒருமுறை உதைக்கும் வாய்ப்பைப் பெறுவார்கள்.

உதைக்கும் வாய்ப்பைப் பெற்ற ஆட்டக்காரர் (Player Taking The Penalty Kick) தவறு செய்தால், அடுத்த குழுவினருக்கு 'மறைமுகத் தனியுதை' மூலம் தவறு செய்த

அதே இடத்தில் வைத்துப் பந்தை உதைக்கக் கூடிய வாய்ப்பு அளிக்கப்படுகிறது.

(ஈ) குறியுதை (Goal-Kick)

'தாக்கும் குழுவினரால்' (Attacking Team) உதைத்து எழும்பிய பந்தானது, முழுதும் உருண்டு, இலக்கினுள் செல்லாமல், கடைக்கோட்டிற்கு (Goal Line) வெளியே சென்றால், மீண்டும் ஆட்டத்தைத் தொடங்கி வைக்க, தடுக்கும் குழுவில் (Defending Team) உள்ள ஒருவரால் உதைத்து, ஆடுகளத்தின் உள்ளே அனுப்பப்படும் நிலையைத் தான் 'குறியுதை' என்கிறோம்.

'குறியுதை நிகழும் போது:—

எதிர்க் குழுவினர் எல்லோரும் ஒறுநிலைப் பரப்பிற்கு வெளியே நிற்க வேண்டும்.

உதைக்கப்படும் பந்தானது இப்பரப்பிற்கு வெளியே செல்லுமாறு உதைக்கப்பட வேண்டும்.

பரப்பிற்கு வெளியே போகுமுன்னே மற்றவர் பந்தை உதைப்பதற்கு முன், உதைத்தவரே மீண்டும் உதைக்கக் கூடாது.

பரப்பிற்குள்ளே இருக்கும் பந்தை, இலக்குக் காவலர் பிடித்து உதைத்து, ஆட்டத்தைத் தொடங்க முயற்சித்தல் கூடாது.

குறியுதையால் நேரே இலக்கிற்குள் பந்தை செலுத்தி 'வெற்றி எண்'ணும் (Goal) பெறமுடியாது.

(உ) முனை உதை (Corner Kick)

கடைக்கோட்டிற்கு வெளியே பந்து போவதற்குக் காரணமாகத் தடுக்கும் குழுவினர்கள் (Defending Team) இருந்தால், அதற்குத் தண்டனையாக எதிர்க் குழுவினர், 'முனை உதை'யை வாய்ப்பாகப் பெறுகின்றனர்.

பந்து எந்தப் பக்கமாக கடைக் கோட்டைக் கடந்து வெளியே சென்றதோ, அந்தப் பக்கத்திலுள்ள பக்கக் கோடும் (Side line) கடைக் கோடும் (Goal line) சேருகின்ற முனையிலிருக்கும் 'கால் வட்டப் பரப்பில்' இருந்து தான் 'முனை உதை' எடுக்கப்பட்டு ஆட்டம் தொடங்கப் படுகிறது.

இதனால் இலக்கிற்குள் நேராகப் பந்தைச் செலுத்தி வெற்றி எண் பெற முடியும்.

முனை உதையை உதைத்தவரே தொடர்ந்து இரண்டாவது முறையாக ஆடக் கூடாது. மற்றவர் எவரேனும் ஆடிய பிறகே, பந்தை இவர் உதைத்து ஆடலாம்.

(ஊ) உள்ளெறிதல் (Throw-in)

பக்கக் கோட்டிற்கு வெளியே பந்தை அனுப்பிய குழுவினருக்கு எதிராக, எதிர்க் குழுவினரில் ஒருவர், பக்கக் கோட்டிற்கு வெளியே நின்று, பந்தை உள்ளே எறிந்து, ஆட்டத்தைத் தொடங்குவதற்கே 'உள்ளெறிதல்' என்று பெயர்.

உள்ளெறியும் ஆட்டக்காரர், இரண்டு கைகளாலும் பந்தைப் பிடித்துத் தலைக்கு மேல் உயர்த்தி, கால்களின் ஒரு பகுதி பக்கக் கோட்டைத் தொட்டுக் கொண்டோ

அல்லது தொடாமலோ நின்று, ஆடுகளத்தை எதிர் நோக்கியே பந்தை உள்ளெறிய வேண்டும். (படம் காண்க)

தான் எறிந்த பந்தை தானே மீண்டும் தொடர்ந்து ஆடக் கூடாது.



உள்ளெறிதலால் பந்தை நேரே இலக்கினுள் எறிந்து வெற்றி எண் பெற இயலாது.

தவருன முறையில் உள்ளெறிந்தால், எதிர்க் குழுவினருக்கு, அதே இடத்திலிருந்து உள்ளெறியும் வாய்ப்புத் தரப் படுகிறது.

(எ) அயலிடம் (off Side)

ஒரு ஆட்டக்காரர், எதிர்க் குழுவினரின் இலக்குக் கு அருகாமையில் பந்திற்கு முன்பாக நின்று கொண்டு, தன் குழுவுக்கு சாதகமான நிலையில் ஆட முயற்சிப்பதையே 'அயலிடம்' என்கிறோம்.

ஒரு ஆட்டக்காரர் எதிர்க் குழுவினரின் பகுதியில், தன் குழுவினரால் பந்து ஆடப்படும் நேரத்தில், பந்திற்கு முன்னே, அடுத்தவர் இலக்குக்கு அருகிலே நின்று கொண்டிருந்தால், அவர் 'அயலிடத்தில் நிற்கிறார்' என்று கருதப் படுவார்.

இவ்வாறு ஏற்படும் அயலிடத் தவறிலிருந்து தப்பி விளையாட நான்கு வழிகளே உண்டு. அவற்றை கடைப் பிடித்தால், ஆட்டத்தில் வெற்றி பெற நிறைய வாய்ப்புக்கள் ஏற்படும்.

1. தன்னுடைய சொந்தப் பகுதியில் (Own Half) நிற்கும் பொழுது அயலிடம் ஆவதே இல்லை.

2. தான் நிற்கும் இடத்திற்கு முன்னதாக, எதிர்க் குழுவினரில் இருவர் யாராவது இலக்கிற்கு அருகாமையில் நின்றிருந்தாலும்;

3. தன்னால் பந்து ஆடப்படும் நிலையிலும், தான் அயலிடத்தில் இருந்த போது எதிர்க் குழுவினரின் மேல் பந்து பட்டு தன்னிடத்தில் வந்தாலும்;

4. குறியுதை, முனையுதை, உள்ளெறிதல் இன்னும், நடுவரால் கீழே எறிந்து விடப்படும் பந்தைத் தானே நேராக எடுத்தாடினாலும், அவர் நிற்கும் நிலை சரிதான்.

அவர் அயலிடத்தில் உள்ளவராகக் கருதப் பட மாட்டார்.

அயலிடத்தில் இருந்ததாக அவர் குற்றஞ்சாட்டப் பட்டால், அதற்குத் தண்டனையாக எதிர்க் குழுவினர் அதே இடத்திலிருந்து 'மறை முகத் தனியுதை' உதைக்கும் வாய்ப்பைப் பெறுவர். இந்தத் தனியுதையால் இலக்கினுள் பந்தை உதைத்து 'வெற்றி எண்ணை'ப் பெற முடியாது.

விளையாடும் நேரத்தில், ஒருவர் அயலிடத்தில் நின்று கொண்டிருந்தாலும், ஆட்டத்தில் கலந்து கொள்ளாமல், கலந்து கொள்ள முயற்சிக்காமல் இருந்தாலும், அவர் அயலிடத்தில் இருப்பதாகக் கருதப்படவே மாட்டார். அங்கு நின்றிருந்து, பிறகு ஆட முயற்சித்தால்தான், அவர் அயலிடத்தில் உள்ளதாகக் கருதப்படுவார்.

(ஏ) வெற்றி எண் (Goal)

இரண்டு நேர்க் கம்பங்களுக்கு நடுவில், குறுக்குக் குச்சிக்குக் கீழாக, கடைக் கோட்டை முழுவதும் தாண்டி, பந்து கடந்து சென்றால்தான் அதை 'வெற்றி எண்' (Goal) என்று ஏற்றுக் கொள்ள முடியும்.

எதிர்க் குழுவினர் — பந்தைக் கையால் பிடித்து எறிந்தும், தூக்கிச் சென்றும், முன்னுக்குத் தள்ளியும் இலக்கினுள் செலுத்தினல் அது 'வெற்றி எண்' அல்ல. ஆனல், முழங்கால்களுக்கிடையிலும், கணுக்கால்களுக் கிடையிலும் பந்தைத் தூக்கிக் கொண்டு இலக்கினுள் சென்று விட்டால் அது வெற்றி எண் ஆகும்.

நேர் முகத் தனியுதையால், ஒறுநிலை உதையால், முனை உதையால், பந்தை இலக்கினுள் உதைத்து 'வெற்றி எண்' பெற முடியும். மறை முகத் தனியுதையால் நேராக வெற்றி எண் பெற முடியாது. ஆட்ட இறுதி நேரத்தில், அதிக வெற்றி எண் பெற்றவரே வென்றவராவார். இருவரும் சம வெற்றி எண்கள் பெற்றிருந்தால் ஆட்டம்

'சமம்' என்று (Draw) அறிவிக்கப்படும். பின் மிகை நேரத்தில் ஆடியே வெற்றி தோல்வியை நிர்ணயிக்க முடியும். இரு குழுக்களும் வெற்றி தோல்வியின்றி சம நிலையில் இருந்தால் சமநிலையை நீக்கும்முறை(Tie Breaker):-

வெற்றி தோல்வியின்றி கால்பந்தாட்டம் முடிவடைந்து விட்டால், சீட்டெடுப்பின் மூலமாகவோ Lot) அல்லது நாணயம் சுண்டுதலின் மூலமாகவோ (Toss) வெற்றி தோல்வியை நிர்ணயிக்கின்ற முறைக்குப் பதிலாக, ஒறுநிலை உதை (Penalty Kick) எடுப்பதன் மூலம் தீர்வு காண்பதற்கே சமநிலை நீக்கு முறை பயன்படுத்தப்படுகிறது.

அப்போது, ஒறுநிலை உதையை எவ்வாறு எடுக்க வேண்டும் என்று கீழே கொடுக்கப் பட்டிருக்கிறது.

1. எந்த இலக்குப்பகுதியில் ஒறுநிலை உதைகளை (Penalty Kicks) எடுப்பது என்பதனை நடுவர்தான் தேர்ந்தெடுக்கவேண்டும்.

2. நடுவர் நாணயத்தைச் சுண்டியெறிந்திட, அதில் வெற்றிபெறுகிற குழுத்தலைவரே முதன் முதலில் ஒறுநிலை உதை எடுக்கும் வாய்ப்பினைப் பெறும் தகுதி பெறுகின்றார்.

3. ஒவ்வொரு குழுவிற்கும் 5 முறை ஒறுநிலை உதை எடுக்கும் வாய்ப்பு உண்டு. ஒரு குழு மாற்றி ஒரு குழு (Alternate) என்ற முறையில்தான் இந்த வாய்ப்பினைப் பெற வேண்டும்.

4. ஆட்டம் முடிவடைகின்ற பொழுது அல்லது மிகை நேர ஆட்டம் (Extra time) முடிகின்ற பொழுது, அந்தந்தக் குழுக்களில் இருந்து ஆடிய ஆட்டக்காரர்களே, ஒறுநிலை உதை எடுக்கும் வாய்ப்பில் பங்கு கொள்ள முடியும்.

5. ஆடத் தகுதிபெற்றுள்ள ஒரு குழுவின் ஆட்டக்காரர்கள் அனைவரும், ஒறுநிலை உதை எடுப்பதில் பங்கு

பெறலாம். இலக்குக் காவலன் கூட பங்கு பெறும் வாய்ப்பு உண்டு.

ஒவ்வொரு முறையும் ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரே (Different Player) ஒறுநிலை உதையை உதைக்க வேண்டும்.

6. 5 முறை வாய்ப்பு பெற்ற பிறகும் இரண்டு குழுக்களும் சமநிலையிலிருந்து மீண்டும் 5 முறை வாய்ப்பு கிடைக்கும்போது, இரண்டாவது முறை உதைத்தாட ஒரு ஆட்டக்காரருக்கு உரிமை உண்டு.

7. உதைத்தாட தகுதி பெற்ற ஆட்டக்காரர் ஒருவர், இலக்குக் காவலருக்குப் பதிலாக தானே இலக்குக் காவலராகப் பணியாற்றலாம்.

8. ஒறுநிலை உதை எடுக்கப்படும்பொழுது, உதைத்தாட இருப்பவர், தடுத்திடும் இலக்குக் காவலர் இருவரைத் தவிர, மற்ற ஆட்டக்காரர்கள் அனைவரும் மைய வட்டத்திற்கு உள்ளேதான் (Centre Circle) நிற்க வேண்டும்.

9. பந்தை உதைத்தாட இருக்கும் ஆட்டக்காரரின் (Kicker) பாங்கரான இலக்குக்காவலர், இலக்குக் கோட்டுக்கு இணையாக இருப்பது போல ஒறுநிலைப் புள்ளியிலிருந்து (Penalty mark) 10 கெஜ தூரத்திற்கு அப்பால்தான் நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும்.

10. 5 முறை கொடுத்த வாய்ப்பில் இரு குழுக்களும் சமமான வெற்றி எண்கள் (Goals) பெற்றிருந்தாலும், அல்லது வெற்றி எண்ணே பெறுமல் போயிருந்தாலும், முன்னர் விளக்கிய முறையில்தான் ஒறுநிலை உதைகள் எடுக்கப்பட வேண்டும்,

11. அதிக வெற்றி எண்கள் (Goals) பெறுகின்ற குழுவே வெற்றி பெற்றதாகும்.

குறிப்பு: இந்த சமநிலை நீக்குமுறை வழியை முடிவாட்ட முறையில் (Knock-out competition) போட்டிகள் நடக்கும் பொழுதுதான் பின்பற்ற வேண்டும்.

அடிப்படைத் திறன் நுணுக்கங்கள் (Fundamental Techniues)

கால்களுக்கும் பந்துக்கும் நெருங்கிய தொடர்பு உள்ளதால்தான், இந்த விளையாட்டைக் 'கால்பந்தாட்டம் என்கிறோம். சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் என்ற பெருமையைப் பெற்றவர்கள் யாவரும் கால்களினால் பந்தை நன்றாகக் கட்டுப்படுத்தி (Proper control), நினைத்த இடத்திற்கு நெறியோடு அனுப்பி (Good passing) ஆட முடிவதால்தான் அவர்களின் ஆட்டம் காண்பதற்குக் கவர்ச்சிகரமாக அமைகிறது.

கால்களுக்கும் பந்துக்கும் வேண்டிய அதிக தொடர்பு பழக்கத்தாலும் பயிற்சியாலுமே வருவதாகும். இதற்கு வலிவான உடல் மட்டும் இருந்தால் போதாது. தெளிவான அறிவும், திறன் நுணுக்கங்களும் (Skills) இருந்தால்தான் திருந்திய முறையிலே தேர்ச்சியுடன் ஆட்டத்தை ஆட முடியும். ஆகவே அதற்கு வழிகாட்டும் சில முக்கியமான திறன் நுணுக்கங்களைக் கீழே காண்போம்.

(அ) பந்தை உதைத்தல் (Kicking the ball)

காலால் பந்தை வேகமாக உதைக்க வேண்டியதே கால் பந்தாட்டத்தில் உள்ள திறமைகளில் முதன்மையானதாகும். இடது காலாலும் வலது காலாலும் மாறி மாறிப் பந்தை உதைக்கும் திறன் வந்தாலொழிய, இந்த ஆட்டத்தில் சிறந்து விளங்க முடியாது.

'நிலைப்பந்தை' (Dead ball) உதைப்பதற்கும், இடை இடையே கிடைக்கும் தனியுதை (Free-kick)போன்றவற்றை சிறப்பாக செய்வதற்கும், பழக்கமும் பயிற்சியும் அதிகம் வேண்டும். உதைக்கும் நிலையிலேயே எல்லா முறையும் பந்து நம்மிடம் வராது. வேறு பல நிலைகளிலும் வரும். வாய்ப்பை சரியாகப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுதல் மிகமிக அவசிய மாகும்.



தரையோடு தரையாக உருண்டு வரும் பந்தையும் (Ground ball); சற்று மேலே உயர்ந்து வரும் பந்தையும் (Ball in the air); வருகிற பந்தை நிறுத்தாமல் உதைத்தாடும் நிலையும், நிறுத்தி வைக்கின்ற திறனும் ஆட்டத்திற்குச் சிறப்பை அளிக்கக் கூடியதாகும்.

கால்களுக்கு அருகிலே இருக்கும் பந்தையும், சற்றுத் தள்ளி அப்பால் ஓடுகின்ற பந்தையும் குறியாகவும் கொஞ்சம் வன்மையாகவும் உதைக்கும் நுண்திறன், விதிகளைப் படிப்பதாலும் விளையாட்டைப் பார்ப்பதாலும் மட்டுமே வந்துவிடாது. ஆட்டத்திலுள்ள ஆர்வமும், தினந்தோறும் ஆடுகின்ற பழக்கமுமே நுண் திறனை விரிவு படுத்தும், நம்மையும் நிறைவு படுத்தும்.

(ஆ) பந்தைத் தடுத்தல் (Stopping the ball)

பந்தைத் தடுத்து நிறுத்துகின்ற திறன், அதன் கொள்கையைப் புரிந்து கொள்கின்ற முறையாலும் இடை



விடா முயற்சியாலுமே பெறப்படுவதாகும். இன்னொருவரால் எத்தப்பட்டு விரைவாக ஓடி வருகின்ற பந்தையும், தன்னுடைய குழுவினரால் தனக்காகத் தள்ளித் தரப்படுகிற

பந்தையும் சரியாகத் தடுத்தலும் மிகமிக அவசியம். கால்களாலேயே பந்தை முழு ஆட்ட நேரமும் தடுத்து விளையாட முடியாது. அப்படி முயன்ருலும் ஆட முடியாது. ஆகவே கால்களுடனே உடலும் ஒத்துழைத்துக் கொண்டு தானிருக்கும். அதனையும் பயன்படுத்திக் கொண்டாக வேண்டும்.

தரையோடு தரையாக வரும் பந்தைக் கால்களாலும் (Feet); கொஞ்சம் தரைக்கு மேலே உயரமாக எழும்பி வரும் பந்தை முழங்கால்களுக்கிடையிலும் (Knees); தொடைகளுக்கிடையிலும் (Thighs); இன்னும் சற்று மேலே உயர்ந்து வரும் பந்தை வயிற்றினுலும் (Abdomen); பின்னர் மார்பினுலும் (Chest) பிறகு தலையினுலும் தடுத்து நிறுத்த வேண்டியிருக்கும்.

ஆகவே உயர்ந்து வரும் பந்தைத் தடுக்க சரியான நேரத்தோடு சரியான நிலையில் வைத்து (Right Place at the right time) தொடர்பு கொண்டு தடுக்க முயல வேண்டும். பந்தை தடுத்து நிறுத்தினுலே நாம் ஆடுகின்ற ஆட்டத்தில் பாதி விளையாட்டு முடிந்தது போல ஆகும்.

தன்னிடம் வருகின்ற பந்தை தடுத்து நிறுத்தினல் தானே, தன் குழுவினருக்கு சரியாக வழங்கவோ அல்லது வன்மையாக உதைக்கவோ முடியும்! பந்தை வழங்கி (Pass) ஆடுவதற்குப் பந்தை தடுத்து நிறுத்தும் பயிற்சிதான் முதலில் பெரிதும் வேண்டற்பாலது.

(இ) பந்தை வழங்குதல் (Passing the ball)

தடுத்து நிறுத்தப்பட்ட பந்தானது கால்களின் கட்டுப்பாட்டுக்குள் அடங்கி விடுகிறது. தன் கீழுள்ள பந்தை உடனே உதைப்பதும்; அடுத்து நிற்கும் தன் குழுவினருக்கு வழங்குவதும் அப்பொழுதைய தேவையான சூழ் நிலையைப்

பொறுத்ததாகும். ஏனெனில், கால் பந்தாட்டம் தனிப் பட்டவரால் மட்டும் ஆடப்படுகின்ற ஒரு ஆட்டமல்ல. பதினொரு பேரும் ஒன்றாக இணைந்து, ஒரு குழுவாக உருவாகி, ஒத்துழைத்து, ஒரே மனப்பான்மையுடன், ஒரே நோக்கத்துடன் ஆடுகின்ற குழு ஆட்டமாகும். பந்தை (கொடுப்பதும்) வழங்குவதும், மீண்டும் பெறுவதும் ஆட்டத்தின் ஒரு பகுதியாகும்.

தனிப்பட்ட ஒருவரால் ஆட்ட நேர முழுதும் ஆடுதல் என்பது (Self), இயலாததொன்று. அவரவருடைய இடத் தையும் காத்து (Position) ஆட வேண்டிய பொறுப்பு ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரருக்கும் உண்டு. ஆகவே, பந்தைத் தனக்கே சொந்தம் என்று எண்ணி தானே ஆடாமலும் (Self game); தானே நல்ல பெயர் வாங்க வேண்டும் என்று விரும்பி, இலக்கிற்குள் எல்லா நேரமும் பந்தை உதைக்க முயற்சிப்பதும், எல்லோருடைய ஆட்டத்தையும், வரக் கூடிய வெற்றியையும் பாழாக்கக் கூடியதாக்கிவிடும். வெற்றியும், ஆட்டத்தில் ஒருவித மகிழ்வும் அடைய வேண்டு மானால், பந்தை வழங்கும் நுண்திறனைப் பெருக்கிக் கொள்ளுதல் ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரரின் தலையாய கடமையாகும்.

இலக்கின் அருகிலே பந்துடன் இருக்கும்பொழுது, எதிர்க் குழுவினரும் ஓடி வந்து தடை செய்ய முடியாத நிலையில் இருக்கும்பொழுது, 'பந்தை உதைத்தால் இலக் கினுள் நுழைந்து விடும்' என்ற வாய்ப்பு இருந்தால், பந்தைக் குறியோடு உதைக்கலாம். இல்லையென்றால். தன் குழுவில் உள்ளவரிடம் பந்தை வழங்கி ஆடலாம். இன்னொருவரிடம் பந்து கிடைக்கும் வாய்ப்பு உண்டானால், எளிதாக இலக்கினுள் பந்தை அடிக்கக் கூடிய நிலையில் நின்று கொண்டிருப்பார். இவ்வாறு நிலைமையைக் கண் காணித்து, பந்தை வழங்குகின்ற ஆற்றலைக் காண்கின்ற எல்லோரும், போற்றத்தான் செய்வார்கள். இலக்கினுள்

பந்தை அடித்தால்தான் பெருமை வரும் என்பதல்ல. அந்த வாய்ப்பை வழங்குவோருக்கும் புகழ் அதிகமாகவே உண்டு.

பந்தை முன்புறமாகவே தன் குழுவினருக்குத் தள்ளி வழங்குதலும்; கொஞ்சம் முன்னுக்குத் தள்ளி விட்டு, குழுவினரை ஓடிச் சென்று எடுக்கச் செய்தலும்; முன்னும் பின்னும் சந்தர்ப்பம் அறிந்து எதிராளிகளுக்கு எட்டாது வழங்குவதும் சமயமறிந்து தருதலும் நல்ல வழங்கும் தன்மைக்குச் சான்றாகும். அந்த ஆட்டத்தில் அவர் பெற்றிருக்கும் சிறந்த அனுபவத்தையும் அது குறிப்ப தாகும்.

(ஈ) ஏமாற்றுதல் அல்லது சமாளித்தல் (Tackling)

எதிர்க் குழுவினரின் கட்டுக்குள் அடங்கிய பந்தை, தங்கள் உடைமையாக்கி விளையாட, அவர்களைத் (விதிகளுக் குட்பட்டு) தளளியும், தாக்கியும் (Gentle attack), இடையில் கால்விட்டு லாவகமான முறையில் பந்தை அடைதலும்; அவ்வாறு பந்தைப் பெற முடியாத நிலையில், அவர் பந்தை நினைத்த இடத்திற்கு அனுப்ப முடியாதவாறு தடுத்து நிறுத்துவதும் தான் 'சமாளித்தல்' ஆகும்.

தன் கால்களுக்குக் கீழேயுள்ள பந்தை, எதிர்க்குழுவினர் எடுத்து ஆட முனையும் பொழுது, அவர்களிடம் பந்தைக் கொடுக்காது வெட்டிக் கொண்டு (Cut) ஓடுவதும்; முன்னும் பின்னும் பந்தைக் காலால் இழுத்து, மாற்றி அவர்களை ஏமாற்றுதலும் சமாளித்தலாகும். இதற்கு வேகமாக ஓடுவதும், உடனே நிற்பதுமான திறமையுடன் பந்தை உடனே நிறுத்துகின்ற ஆற்றலும் வேண்டும். கால்களின் முன் பகுதியான பாதங்களால் மட்டும் அல்லாது' குதிகால் களாலேயும் பந்தை முன் பின்னால் இழுத்து விளையாடுகின்ற ஆற்றல் அவசியமாகப் பயில வேண்டிய ஒன்றாகும்.

சமாளிக்கும் திறனுக்கு பந்தைக் கட்டுப்படுத்தி ஆடும் ஆற்றலில் (Ball Control) நன்கு தேர்ச்சி பெறல் வேண்டும்.

(உ) தலையாலிடித்தல் (Head the ball)

கால் பந்தாட்டத்திலே எளிதாக ஆனால் சிறப்பாகக் கையாளப்படுவது பந்தைத் தலையாலிடித்து அனுப்புவதே யாகும். உயரமாக வரும் பந்தை உடனடியாகத் தன் குழுவினருக்குத் தள்ளி வழங்கவும்; விரைந்து வரும் பந்தை



நிறுத்தாது ஆடி ஆட்டத்திற்கு விறுவிறுப்பூட்டவும்; தன்னைச் சூழ்ந்து எதிர்க்குழுவைச் சேர்ந்த பலர் நிற்கும் பொழுது, வருகிற பந்தை நிறுத்தி ஆடினால், நிலைமை

மோசமாகி விடலாம்' என்று எண்ணுகிற சந்தர்ப்பத்திலும் தலையாலே பந்தை இடித்து, வேறு பக்கம் அனுப்பி நிலையை சரிகட்டவும்; முனை உதை, மற்றும் 'தனியுதை' கொடுக்கப் பட்டு உதைக்கும் நேரத்தில் பந்தைத் தலையாலே இடித்து இலக்கிற்குள் நுழைத்து 'வெற்றி எண்ணை' எளிதாகப் பெறுகின்ற வாய்ப்பினை அடிக்கடி பெறவும் 'தலையா லிடிக்கும் திறமை பயன்படுகிறது.

முன் நெற்றியால் (Fore head) முட்டி, பந்தை நேரே அனுப்பலாம்; பக்கவாட்டில் (தலை ஓரத்தில்) பந்தை மோத விட்டு மெதுவாகத் தள்ளாமல். தலையை (ஒரு மாதிரியாக) அசைத்துத் திருப்பி) அசைத்து பந்தை சுழற்றி அனுப்பும் எழிலும் பார்ப்பதற்கு இன்பமாக இருக்கும், ஆடுவோருக் கும் நன்றாக இருக்கும்.

உயரமான ஆட்டக்காரர்கள் ஒரு குழுவிலிருந்து, குள்ளமானவர்கள் மறு குழுவிலிருந்து ஆடும் பொழுது, முன்னவர்கள் தலையாலிடித்துப் பந்தைத் தள்ளும் திறமையைச் சிறப்பாகப் பெற்றிருந்தால், குள்ளமான வர்களை ஏமாற்றி (வேடிக்கையாகக் கூட) அவர்களுக்கு பந்தே கிடைக்காதவாறுகூட ஆடமுடியும். ஆகவே, கால் பந்தாட்டத்திற்கு எழிலும், ஏற்றமும், விரைவும் விறு விறுப்பும் தந்து, சிறப்பைக் கொடுப்பது தலையாலிடித்து ஆடும் திறனேயாகும்.

(ஊ) குறியோடு உதைத்தல் (Shooting)

பந்தைத் தடுத்தும், தள்ளியும்; உதைத்தும் வழங்கியும், மார்பில் ஏந்தியும் தலையாலிடித்தும், தாக்கியும் தேக்கியும், ஆடுகளம் முழுதும் ஓடி ஆடி ஆடப்படுகின்ற திறனெல்லாம் இறுதியாக, பந்தை இலக்கிற்குள் தள்ளி 'வெற்றி எண்'ணைப் பெறுவதற்கேயாகும்,

அதுவுமன்றி, கஷ்டப்பட்டு கொண்டுவருகின்ற பந்தை யெல்லாம்—இலக்கிற்கு வெளியே அடித்து விட்டால் அதனுல் பயனில்லாது போகுமேயன்றி, மீண்டும் வெற்றி பெறுகிற அது போன்ற அரிய வாய்ப்பு கிட்டாமலே போனுலும் போகும்.

ஆகவே, எட்டடி உயரத்தோடு நிற்கும் குறுக்குக் குச்சியின் கீழே, இருபத்தி நான்கு அடி நீளமுள்ள இரு கம்பங்களுக்கிடையேயுள்ள இடைவெளியுள்ள இலக்கினுள் அடிக்கப்படும் பந்தே, வெற்றி எண்ணைத் தரக்கூடிய தாகும்.

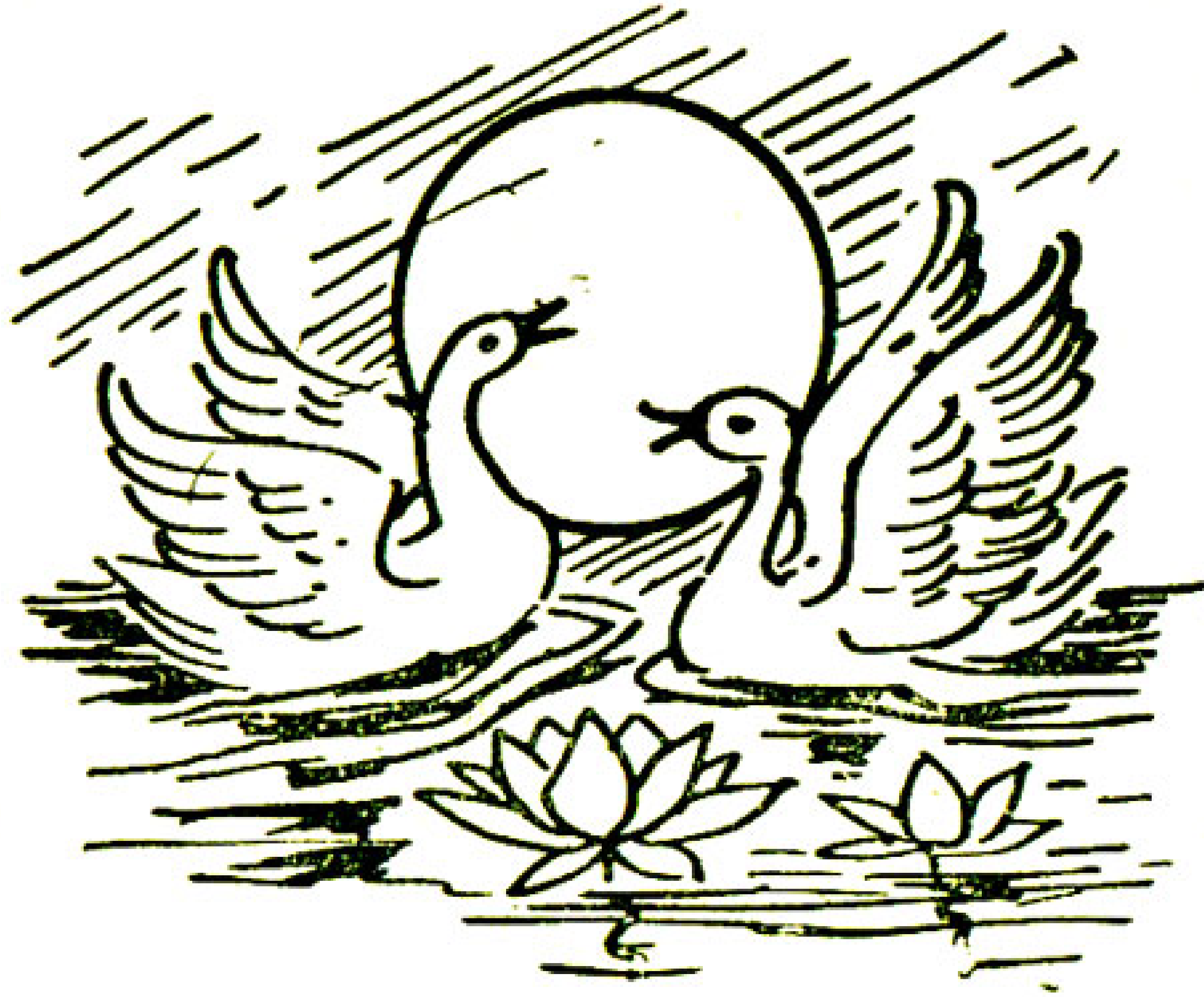
எங்கிருந்தாலும் குறியுடன் இலக்கை நோக்கிப் பந்தை உதைக்கும் நுண்திறன் மிகுதியாக விளையாட்டில் இருக்க வேண்டும். இப்பயிற்சிக்காகப் பந்தை ஒரு இடத்தில் நிறுத்தி வைத்த 'நிலைப் பந்தை (Stationary ball), நேராக இலக்கை நோக்கி உதைத்து அனுப்புவதும், பந்தை முன்னே உருட்டி ஓட விட்டு அதை வேகமாக உதைத்துத் தள்ளுவதும் (Running ball), எதிராக பந்தை உருட்டிவிட்டு ஓடி வரச் செய்து, அதன் வேத்தோடு வேகமாக இலக்கை நோக்கி உதைத்துப் பழகும் பயிற்சியும் இருந்தால், நாளடைவில் இலக்கிற்குள் குறியுடன் உதைக்கும் சிறந்த திறன் இயல்பாக வந்துவிடும்.

ஆகவே, ஆட்டத்திற்கு வேண்டிய நுண்திறன்களை அறிந்து, அத்திறன்களை வளர்க்கும் வழிகளையும் உணர்ந்து பின்பற்றினுல், ஆட்டமும் வளரும். ஆட்டத்திலே எதிர் பார்த்த நல்ல பல பயன்களும் விளையும்.

'சித்திரமும் கைப்பழக்கம், செந்தமிழும் நாப் பழக்கம்' என்பது போல, பழக்கத்தாலும் பயிற்சியாலுமே திறன்களை

(Skills) திருத்தியும் பெருக்கியும் கொள்ளலாம். ஆடும் கலைக்கு நல்ல பயிற்சி தேவை.

பயிற்சி சிறப்படைய உழைப்பும் முயற்சியும் அதிகம் வேண்டும். இந்த விளையாட்டில் போதிய ஆர்வமும், மேற் கூறிய திறன்களும் அமைந்திருந்தால் கால் பந்தாட்டம் கற்பதற்கு எளிமையாகவும், அதனுல் வரும் பயன்கள் இனிமையாகவும் அமையும்; இதற்கு மேற்கூறிய வழிகள் உதவும் என நம்புகிறோம்.



கூடைப் பந்தாட்டம்

தோற்றம்

உலக விளையாட்டு அரங்கிலே, உன்னதமான இடம் வகிப்பது கூடைப் பந்தாட்டமாகும். முக்கியமாக ஆடப்படும் முதன்மை விளையாட்டுக்களிலே (Major Games) முன்னணியில் நிற்குமிந்த ஆட்டம், அமெரிக்காவின் ஓர் அரும் படைப்பாகும்.

கலை, வாணிகம், அரசியல், விஞ்ஞானம் போன்ற பல துறைகளில் தானும் வளர்ந்து, பிற நாட்டவருக்கும் வழி காட்டுவதோடு அமையாது, விளையாட்டுக்களிலும் முன்னோடியாக இருந்து, புதியன படைத்துப் புதுமை செய்கின்ற நாடாக அமெரிக்கா, உலகிலே எந்நாளும் பீடுநடை போடுகிறது. நம்மால் 'புதுமை விரும்பிகள்' என்று போற்றப்படும் அளவுக்கு முன்னேறியுள்ள அவர்கள், தங்கள் பழமையைப் புறக்கணிக்காது, புதுமையைப் போற்றி சாதனைகளை உருவாக்க விழைந்து, வெற்றிகளையும் பெற்றிருக்கின்றனர். அதன் விளைவே கூடைப் பந்தாட்டத்தின் பிறப்புக்குக் கருவாக அமைந்தது.

சாதனைகளை உருவாக்கும் சான்றோர்களின் திறமையைப் போற்றி, சகல விதமான உதவிகளையும் தந்து, செய்த திறம் வியந்து பாராட்டி ஊக்குவிக்கும் பண்பு தான், அவர்களின் வெற்றியின் ரகசியமாகும். அவர்களின் அளப்பரும் ஆன்ற பணியால், நாடும் வீடும், நல்லவர்கள், அல்லவர்கள் உள்ளமெல்லாம் பயன்பெறுகின்றன. இன்னும், மனித இனம் புனிதத் தன்மை பெறவும் வழி வகுக்கிறது.

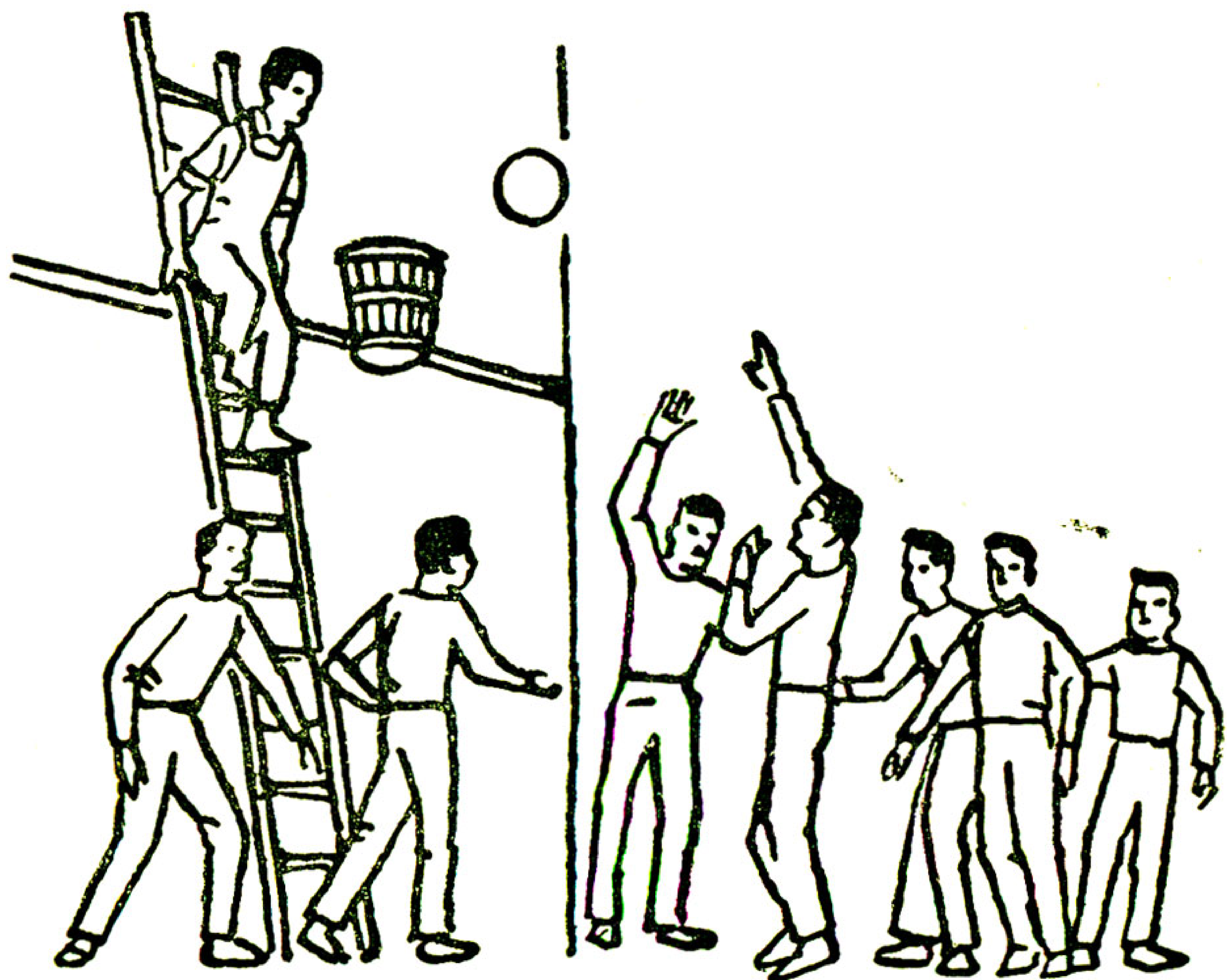
''அந்தந்தத் துறையிலே அறிவும் அனுபவமும் உள்ளவர்களைத் தேடிக் கண்டு பிடித்து, ஆதரவு தந்து, தேவையைக் கூறி, வேண்டிய உதவிகளைச் செய்து, ஊக்கு விக்கும் பண்பினுல் புதுமையை நிகழ்த்த முடியும்'' என்ற மொழிக்குச் சான்ருக அமைந்ததுதான் நம்மிடையே சிறப்புற உலவும் கூடைப் பந்தாட்டமும்.

கூடைப் பந்தாட்டம் தோன்றிய நிகழ்ச்சியே ஒரு தேவையின் அடிப்படையில்தான். 'மக்களின்' புதுமை 'வேண்டும்' என்று பெருக்கெடுத்தோடிய ஆர்வத்தை நிரப்புவதற்காகவே இந்த ஆட்டம் பிறந்தது.

அமெரிக்காவில் 'உள்ளுறை விளையாட்டுக் கூடம்' (Gymnasium) அதாவது வெயிலாலும், மழையாலும், பனியாலும், காற்ருலும் இன்னும் இயற்கையால் எழும் இன்னல்களிலிருந்து உடற்பயிற்சியும், ஆட்டமும் தடைபடாது இருக்க, மேற்கூரை வசதியுடன் அமைந்து வீடு போன்ற ஒரு பெருங்கூடம் ஆகும். மக்களின் உள்ளங்களிலே மதிப்பையும் சிறப்பையும் பெருத காலம்; அங்கத்தினர்களாக இடம் வகிக்கின்ற சிறுபான்மையினருங் கூட தாங்கள் தொடர்ந்து செய்து, பழகிப் பயன் பெறுகின்ற உடற் பயிற்சி ஆசனங்கள், போட்டியில்லாத தனி நிலைப் பயிற்சிகள், பளு தூக்குதல் (Weight Lifting) கரளை சுற்றுதல், கம்பியின் மீது ஆடுதல் (Bar Activities) போன்றவற்றில் சலிப்பும், வெறுப்பும் கொண்டிருந்த நேரம்; விளையாட்டுத் துறை

உயிரோடு இருக்கிறதா, அல்லது பின்னேடி மறைந்து கொண்டிருக்கிறதா என்று எல்லோராலும் ஏளனத்தோடு கேள்வி மாரி பொழியும் வேளை;

உள்ளுறைக் கூடத்திலே பகல் நேரம் போக இராக் காலங்களிலும் கூட 'மின் விளக்கின்' ஒளியிலே உல்லாச மாய் ஆடக் கூடிய ஆட்டமொன்று நமக்குக் கிடைக்காதா— இன்பம் படைக்காதா— நம் நெஞ்சம் மகிழாதா ! என்று அங்கத்தினர்கள் ஆவலோடு எதிர் பார்த்துக் கொண்டிருந்த



பொழுது; வறியவனுக்குப் பொற் கிழி கிடைத்தது போன்று, பசித்தவனுக்கு அறுசுவை உண்டி படைத்தது போன்று, கூடைப் பந்தாட்டம் உருவாகி அவர்கள் முன்னே காட்சியளித்தது'. கனவு நனவானது — கற்பனை காட்சி யானது என்று கட்டற்ற மகிழ்ச்சியில் உள்ளுறை விளையாட்டுக் கூட அங்கத்தினர்கள் அன்று திளைத்தனர்.

கனவை நனவு படுத்திய 1891ஆம் ஆண்டில் ஒருநாள்! 'உடற்பயிற்சி செய்யும் உள்ளுறைக் கூடத்தின் உயர்ந்த சுவர்களிலே எதிரெதிரே இரண்டு 'பீச் பழக் கூடைகள்' (Peach baskets) பொருத்தி வைக்கப் பட்டிருக்கின்றன. அங்குமிங்கும் அலைந்தபடி எதையோ நினைத்துக் கொண்டவர் போல் திரும்பி நடை பழகிக் கொண்டு ஒருவர் இருக்கிறார். அவரை வியப்போடு, மனங் கலந்த மகிழ்வோடு ஆயிரமாயிரங் கண்கள் நோக்குகின்றன. தான் பெற்ற குழந்தையைக் கண்டு மகிழும் தாய் போல அவரின் உள்ளம் களிப்பால் நிரம்பியிருக்கிறது.

அவர்தான், சுவர்களிலே இரு கூடைகளைப் பொருத்திய தன் மூலம், தன் பெயரையும் புகழையும் புவியிலுள்ள மக்களின் உள்ளங்களிலே பொருத்திக் கொண்ட **டாக்டர் ஜேம்ஸ் ஏ. நெய்சுமித்** (Dr. James A. Naismith) என்பவர் ஆவார். தன்னுடைய கண்டு பிடிப்பைப் பற்றி அவரே உங்களிடம் கூறுகின்றார், கேளுங்களேன்.

''நம்மிடையே உலவி வரும் மற்ற விளையாட்டுக்களில் ஒன்றைச் செப்பனிட்டு, உருமாற்றி அமைத்து உள்ளுறை விளையாட்டுக் கூடத்தில் ஆடச் செய்யலாம்; இதனால் நமது தேவையும் ஆவலும் பூர்த்தி பெறும் என்று முதலில் எண்ணினேன். இதில் தோல்வியுற்ற நான், இறுதியில் மேற் கொள்ளும் முயற்சியையும் கை விடும் நிலைக்கு வந்து விட்டேன். என்றாலும் ஆர்வத்தின் காரணமாக, ஒவ்வொரு ஆட்டத்தின் (Game) அடிப்படை நுண் கருத்தையும் தத்துவத்தையும் ஆராய்ந்தேன். 'எல்லா ஆட்டங்களிலும்' 'ஒரு வகையான பந்து' உபயோகப் படுத்தப்பட்டு வருகிறது'' என்பதை உணர்ந்தேன்.

அடுத்து, ஒரு பந்தும் அப் பந்து செல்லக்கூடிய இலக்கு (Goal) ஒன்றும் தேவைப்படுகிறது என்பதைத் தெளிந்தேன். எல்லா ஆட்டத்திலும் இலக்கினுள் பந்தைச் செலுத்த,

அதிக வலிமையும் முயற்சியும் தேவைப்பட்டது. எனவே தலைக்கு மேல் உயர்ந்தபடி இருக்கும் வளைவினுள் (Curve) பந்தை எறிய முயன்றால், அதற்கு அதிகமான வலிமையும் சக்தியும் தேவையில்லை என்பதைப் புரிந்து கொண்டேன்.

எனவே, இலக்குக்காக 'வளைவு' ஒன்றை உண்டாக்கி, அதைத் தலைக்கு மேலிருக்கும் படி உயர்த்தி வைத்தேன். அதிலும் சிறிது கடின உழைப்பாலே பந்தை வளைவினுள் எறியும் முறைக்கு ஏற்ப, அமைப்பையும் உண்டாக்க முடிவு செய்தேன். தலைக்கு மேலே கைக்கெட்டும் தூரத்தில் வளைவிருந்தால், பந்தை எறிவதற்குத் தடைகள் உண்டாகலாம் என்று சிந்தித்து, கைக் கெட்டாத உயரத்தில் வளைவினை அமைத்தேன்.''

இவ்வாருக, இலக்குப் பகுதி (Goal) புதுமையான முறையில் அமைந்து விட்டது. இப்பொழுது ஆடுவதற்கு ஒரு பந்து தேவை. பல நாள் யோசனைக்குப் பின்னர், கால் பந்தையே (Foot ball) எறியும் பந்தாக அவர் வைத்துக் கொண்டார். புதுமையாக அமைந்த வளைவு (Curve) தான் இலக்கு என்ருல், அதை அமைப்பது எவ்வாறு? என்ற வினு எழும்பவே, அவருக்குக் கொஞ்சம் குழப்பம் தோன்றலாயிற்று.

இதைப் பூர்த்தி செய்ய, கட்டிட மேற் பார்வையாளர் ஒருவரிடம் மரத்தாலான பெட்டிகளைக் கேட்டிருந்தார். அவரோ அத்தகைய பெட்டி தன்னிடம் இல்லையென்று கூறி, பீச் பழங்களை வைத்துக் கொள்கின்ற கூடைகளைக் கொண்டு வந்து கொடுத்தார். இந்த பழக் கூடைகளே ஆட்டத்தில் (வளைவாக மாறி) பயன்பட்டது. கூடைகளே ஆட்டத்தில் முக்கிய அங்கம் வகித்ததால் ஆட்டமும் 'கூடைப் பந்தாட்டம்' என்ற பெயரைப் பெற்றது.

உயரத்திலே பொருத்தப்பட்டிருந்த கூடைகளை நோக்கி எறியப்பட்ட பந்து, முதன் முதலில் பழக்கமின்மையால்

எளிதாக உள்ளே விழவில்லை. ஏனெனில், ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கமே கூடைக்குள் (வளைவெனும் இலக்கில்) பந்தினைப் போட வேண்டும் என்பதே.

அதனால் குறிபார்த்து எறியப்படும் பந்து எப்பொழுதாவது ஒரு முறை கூடைக்குள் விழும். அதில் விழுந்துவிட்ட பந்தை எடுப்பதற்காக, ஆட்டக்காரர்கள் உயரமான ஏணியைப் பயன்படுத்தி வந்தனர். காலம் மாற மாற, பழக்கமும் முயற்சியும் கூடக்கூட, கூடையுள் பந்து அடிக்கடி விழ ஆரம்பித்தது. ஒவ்வொரு முறையும் ஏணியை எடுத்து வைத்து, பந்தைக் கூடைக்குள்ளிருந்து எடுத்துக் கீழே எறிவதற்கு முயன்றனர். இதனால் நேரம் அதிகமாக வீணாகியதோடு, அவர்களின் உற்சாகமும் உவப்பும் இடையிடையே அணையிடப்பட்டதால், உண்டாகிய சலிப்பும் பொறுமையின்மையும் அவர்களை அதிக வேதனைக்கு உட்படுத்தியது.

இந்த வேதனையும் கூடையின் அடிப்பாகம் நீக்கப்பட்டதால் நீங்கியது. இப்பொழுது கூடையுள் விழுந்த பந்து, கீழ்நோக்கி வேகமாக ஓடி வந்தது. ஆடுவோர் உள்ளமும் மலர்ந்தது. ஆர்வமும் வளர்ந்தது. ஆடுவோர் தொகையும் பெருகியது.

அமெரிக்காவிலே சிறந்து விளங்கிய எஞ்சிய ஆட்டங்களான கால் பந்து (Foot Ball) தளப் பந்து (Base Ball) முதலிய ஆட்டங்கள் மழைக் காலம், கோடைக் காலம் மற்றும் காலநிலை மாறுபடும் பொழுதும் ஆடாது நிறுத்தப் பெறும். அப்பொழுது, பொழுது போவதற்காக, அழுது வடியும் சோம்பலைத் தடுப்பதற்காக ஆரம்பிக்கப்பட்ட இந்த ஆட்டம், மற்ற ஆட்டங்களை பெருமையில் வென்று, அன்றே முன்னணியில் நிற்கத் தொடங்கியது. அன்று

போலவே இன்றும் இந்த ஆட்டம் அதிகமாக விரும்பும் மக்களைத் தன் பக்கத்தே கொண்டு மிளிர்கிறது.

1891ஆம் ஆண்டு கூடைப் பந்தாட்டம் தோன்றியது என்பர் சிலர். 1892ஆம் ஆண்டு ஜனவரித் திங்கள் 20ந் தேதி ஸ்பிரிங்ஃபீல்டு கல்லூரியில் (Spring Field College) விளையாட்டு வகுப்பில் (பாடமாக) சேர்க்கப்பட்டிருப்பதால் 1892ஆம் ஆண்டே இந்த ஆட்டம் தோன்றியது என்பர், இன்னும் சிலர். கால அளவில் வேற்றுமை சிறிதுதான் என்றாலும், இந்த ஆட்டம் டாக்டர் நெய்சுமித் அவர்களின் அரும் படைப்பு என்பதை யாரே மறுக்கவல்லார்!

வளர்ச்சி

வயது வந்தவர்களும், இன்னும் சிலரும் முன்னாளில் களிப்பிற்காகவும், பொழுது போக்கிற்காகவும் கூடைப் பந்தாட்டத்தை ஆடினர். இவர்கள் ஆடுவதை வேடிக்கைப் பார்த்துக்கொண்டிருந்த இளைஞர்களும்,தங்களை இதயங்களை ஆட்டத்தின்பால் நழுவவிடலாயினர். வயதானவர்களிட மிருந்த ஆட்டம், கொஞ்சங் கொஞ்சமாக வாலிபர் கைவசப் பட ஆரம்பித்தது.

விளையாட்டு மென்மேலும் பெருகி வளர்வதைக் கண்டு, வாழப் பொறுக்காத பேர்வழிகள் பலர் வாயடித்தவண்ண மிருந்தனர். "உடல்திறம் வேண்டும்", அதற்கு உடற்கல்வி (Physical Education) தேவை; அதன் சேவையம் பணியும் என்றும் உலகிற்கு வேண்டும்" என்று இன்றைய உலகம் ஏற்றிப் போற்றுகின்ற இந்தக் காலத்திலேயே விளையாட் டுக்கு வைரிகள் பலர் நிறைந்திருக்கும்பொழுது, அந்தக் காலத்திலே இல்லாமலா இருப்பார்கள்!

ஆட்டத்தை ஆடுபவர்களை ஆந்தைக் கண்கொண்டு உருட்டி விழித்து நோக்குவதும், வீதியில் நின்றுகொண்டு

வார்த்தைகளால் சாடுவதும், இதனுல் மகிழ்வதுமாக வம்பர்கள் இருந்தனர். கண்டபடி ஏசுவதிலும் அடங்காது, காலித்தனமான செயல்களிலும் இறங்கினர். கூடைப் பந்தாட்டம் ஆடுவோர் எல்லோரும் பெண்மைக் குணம் கொண்டவர்கள் என்றும், 'ஆண்மைமிகுந்த' அவர்கள் கதை கட்டிவிட்டனர். அக்கதைகளை நிரூபிக்கும் வகையாக, அடிக்கடி சச்சரவுகளையும் ஏற்படுத்தி, இடையருத இடையூறுகளைக் கொடுத்த வண்ணமாக இருந்தனர். என்ருலும் ஆட்டம் அதிக அளவில் வளர்ந்தது. வளர்ந்து கொண்டே இருந்தது.

மறைக்கப்பட்ட உண்மையும் அறமும் ஒருநாள் வெளி வருதல் போல, நன்மையையும் நல்லதையும் தன்னகத்தே கொண்டு விளங்கும் இந்த ஆட்டம், குழிப் பறித்தவர்களை குழிக்குள் தள்ளி விட்டு வளர்ந்தது. பாதை மாறித் தூற்றி யவர்கள் பணிந்தனர். பள்ளிகள், கல்லூரிகள், பொது நிலையங்கள் ஆட்டத்தின் முக்கியத்துவத்தைப் புரிந்து கொண்டன. புரிந்து கொண்டதோடு அல்லாமல், மாண வர்களையும் மற்றவர்களையும் இதில் ஈடுபடுத்திப் பீடுற விளங்கச் செய்தனர், ஆசிரியப் பெருமக்கள்.

பிறந்த மூன்று நான்கு ஆண்டுகளுக்குள்ளேயே கல்லூரி களின் போட்டிக்கான ஆட்டங்கள் ஒன்ருக மாறி, பல கல்லூரிகளுக்கிடையே (University) நடத்தப்பெறும் ஆட்டமாகின்ற நிலைமைக்கும் வந்தது. மாநிலப் போட்டி யும் நடைபெறுகின்ற அளவுக்கு உயர்ந்தது. முதல் உலகப் பெரும் போருக்குள் ஆட்டம் நாடெங்கும் பரவி நின்றது. "இதை ஆடாத நாடுகளே இல்லை" எனக் கூறும் அளவிற்குத் தொடர்ந்து செழித்து, எல்லா இடங்களிலும் காலூன்றி நின்றது கூடைப் பந்தாட்டம்.

செடி ஒன்று பூத்து, மலராகி, காயாகி கனிதரும் வேளை யில், நீர் ஊற்றுவாரும் நின்று காப்பாற்றுவாரும் இன்றி

நிலைமாறிப் போனது போன்று, இந்த ஆட்டத்திற்கு அடித்தளமாக இருந்து காத்த பெரிய மனிதர்களில் பலர் இறந்து படவே, தாயற்ற மழலைபோல் ஆட்டம் தத்தளிக்க ஆரம்பித்தது. தலைவன் இல்லா ஊரில் தடியெடுத்தவர்கள் சொல்வதுதான்சட்டம்போல,ஆட்டத்தை ஆடுவோர்களில் பலர்,தாங்கள் விரும்பிய முறைகளிலே விதிகளை அமைத்துக் கொண்டு ஆட ஆரம்பித்தனர்.

குழம்பிய இந்த நிலை மாற, கொண்டிருந்த கொள்கை மயக்கம் தீர, பல சங்கங்கள் (Clubs) ஒன்று சேர்ந்தன. பல சிக்கல்களுக்கிடையே துணிந்து நின்று, 1915-ஆம் ஆண்டு பொதுவான சில விதிகளை அமைத்தனர். இந்த சீரமைப்பே கூடைப் பந்தாட்டத்தின் தலைவிதியை நிர்ணயித்துத் திடப் படுத்தி, மிகுந்த வலிமையுள்ளதாக மாற்றியது.

கூடைப் பந்தாட்டத்தின் விதிகள் முதன் முதலாக (Triangle) என்ற பத்திரிக்கையில், 1891ஆம் ஆண்டு வெளி வந்தன. பிறகு 1915ஆம் ஆண்டு ஒருசில விதிகள் வரையறுக்கப்பட்டன. ஆரம்ப நாட்களில் கைக்கொள்ளப்பட்ட ஒரு சில விதிகள், இன்றும் மாறாமலே இருந்து வருகின்றன. அத்தகைய அற்புதமான விதிகளை இங்கே கொடுத்திருக்கிறோம். படியுங்கள்.

1. பந்தை வைத்திருக்கும் ஆட்டக்காரர் கையில் பந்தை வைத்த வண்ணம் நடந்தோ அல்லது ஓடியோ முன்னேறக் கூடாது.

2. ஆட்டக்காரர்களின் தலைகளுக்கு மேலே எட்டாதவாறு கூடை (இன்று 'வளையம்'(Ring) பொருத்தி வைக்கப் பட்டிருந்தது.

2. முரட்டுத்தனமான செய்கைகள் நீக்கப்பட்டு, ஒருவர் மேல் ஒருவர் மோதிக் கொள்வது (Personal contact) தவிர்க்கப்பட்டிருந்தது.

4. பந்து வைத்திருப்பவரை—அவர் மேல் இடிக்காமல் மோதாமல் பந்தை அவர் கையிலிருந்து எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

மேலே உள்ள மாறுவிதிகளைத் தவிர, மாற்றம் பெற்ற சில விதிகள், ஆட்டத்தின் வளர்ச்சிக்கும், செழுமைக்கும் பெருவாரியாக உதவி செய்தன.

முதன் முதலில் ஒரு குழுவில் (Team) 7 ஆட்டக்காரர்கள் இருந்து ஆடினர். பின்பு ஆட்டக்காரர்களின் எண்ணிக்கை 9 ஆக உயர்ந்தது. ஒருசிறிய ஆடுகளப்பரப்பிற்குள்(85'×46') 18 ஆட்டக்காரர்கள் அங்குமிங்கும் ஓடி ஆடுவதற்கு இட நெருககடியும், ஆட்களுக்குள் அதிகமாக இடித்துக் கொள்ள நேரிடுவதும், வேகமாக ஓடியும், நிற்கவும் இயலாத காரணத்தாலும், எண்ணிக்கை 8 ஆட்டக்காரர்களாக குறைத்து வைக்கப்பட்டது.

அப்படி இருந்தாலும் ஆடுவோர் அதிகம் என்று எண்ணப்பட்டக் காரணத்தால், இறுதியாக எண்ணிக்கை எட்டிலிருந்து 5 ஆக மாறியது. இந்த எண்ணிக்கை இன்று வரை மாற்றப்படாமலே இருந்து வருகிறது. 5 ஆட்டக் காரர்களைக் கொண்ட ஒரு குழுவை போட்டியில் பயன் படுத்திய பெருமை, அமெரிக்காவிலுள்ள 'ஏல் பெருங் கல்லூரி'யையே (Yale university) சேரும்.

ஆட்டம் ஆடுதற்குரிய நேரம் பல நிலைகளில் இருந்து மாறி வந்திருக்கிறது. முதன்முதலாக ஆட்ட நேரம் மூன்று பகுதியாகப் (Periods) பிரிக்கப்பட்டிருந்தது. ஒவ்வொரு பகுதியின் கால அளவும் 20 நிமிடங்களாகும். 'பொழுது போக்காக ஆடும் ஆட்டக்காரர்களின் (Amateur Players) போட்டியின் கால அளவு 4 பகுதியாகப் பிரிக்கப்பட்டி ருந்தது. ஒரு பகுதியின் கால அளவு 10 நிமிடங்களாகும். 'வணிக முறை ஆட்டக்காரர்கள்' (Professional players)

போட்டியின் கால அளவு 4 பகுதியாக, ஒவ்வொரு பகுதியும் 12 நிமிடங்களாகப் பகுக்கப்பட்டிருந்தது.

கல்லூரி மாணவர்களின் போட்டி ஆட்டம் பகுதி 20 நிமிடமாக (இரண்டு) 2 பகுதிகள் கொண்டிருந்தது. இவர்களுக்கு இடைவேளை 15 நிமிடங்கள் இருந்தன. உயர்நிலைப் பள்ளி மாணவர்களின் ஆட்டம்—பகுதி 8 நிமிடமாக 4 பகுதிகள் கொண்டு ஆடினர். இன்றைய ஆட்ட நேரம் பகுதி 20 நிமிடமாக உள்ள இரண்டு பகுதிகள். இடைவேளை 10 நிமிடமாகும்.

ஆட்டத்தின் 'வெற்றி எண்' (Point) முறையும் பல நிலைகளில் இருந்து வேறுபட்டு வந்திருக்கிறது. ஒரு முறை கூடைக்குள் (வளையத்திற்குள்) பந்தை எறிந்த குழுவினருக்கு 3 வெற்றி எண்கள் அல்லது 3 எண்ணிக்கைக் கிடைக்கும். தொடர்ந்தாற்போல் மூன்று முறை தவறு (Foul) செய்த குழுவினருக்கு எதிராக, அடுத்தக் குழுவினருக்கு 1 வெற்றி எண் கிடைக்கும்.

தவறிழைத்தக் குழுவினருக்குத் தண்டனையாக எதிர்க் குழுவினருக்கு வளையத்திற்குள் பந்தை 'தனி எறி' (Fres Throw) எறியும் வாய்ப்பு உண்டு. இவ்வாறு தண்டனையாகக் கிடைக்கும் 'தனி எறி'யை எறிய, ஒவ்வொரு குழுவும் 'தனி எறியில்' வல்லுநராக விளங்கும் ஒருவரைத் தனியாக வைத்திருந்தது. இந்த முறைப்படி, ஃபோர்தும் (Fordham) என்ற இடத்தில் நடந்த போட்டி ஒன்றில், வளையத்திற்குள் குறியாகவும் சிறப்பாகவும் பந்தை எறியக்கூடிய ஒருவர், 28 முறை கூடைக்குள் 'தனி எறி' எறிந்து 28 வெற்றி எண்களைப் பெற்றிருக்கின்றார்.

இப்படி பின்பற்றப்பட்டு வந்தத் தனி ஆள் 'தனி எறி' முறையும் மாறி, 'விதியும்' வேறு வழியைக் கடைப்

பிடித்தது. 'யார் தவறுக்கு உள்ளாகிறாரோ (The man who-was fouled) அவரே தான் 'தனி எறியை' எறிய வேண்டும். வெற்றிகரமாக பந்தை வளையத்திற்குள் எறிந்து விட்டால் 'வெற்றி எண்' அன்றும் ஒன்றுதான். இன்று ஒன்றுதான்.

ஆண்டுகள் நகர நகர, ஆட்டம் பெரிதாக பண்பட்ட நிலையை எய்தியது. விளையாட்டில் விறுவிறுப்பையும் உற்சாகத்தையும் உயர்ந்த அளவிலே ஊட்டுகின்ற நிலைக்கு, விதிகள் ஆட்டத்தைச் செம்மையாக்கின. ஆட்டமும் உலகெங்கினும் பரந்து விரிந்து ஆல்போல் தழைக்கத் தொடங்கியது. மக்களும் மகிழ்வுடன் ஏற்றுக் கொண்டனர்.

ஆகவே, ஆட்டத்தை ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டி களில் (Olympic games) ஒன்றாக இணைக்க முயற்சிகள் நடந்தன. 1904ஆம் ஆண்டு செயிண்ட் லூயிசில் (St.Louis) நடந்த ஒலிம்பிக் பந்தயத்திலும், 1924ஆம் ஆண்டு பாரிசில் (Paris) நடந்த ஒலிம்பிக் போட்டியிலும் ஆடிக் காண்பிக்கப் பட்டது. அதில் ஆடிய ஆட்டக்காரர்களும் சிறந்த முறையில் ஆடியதற்காகப் பாராட்டப் பெற்றனர்.

பின்னர் 1936ஆம் ஆண்டு 'அகில உலகக் கூடைப் பந்தாட்டக் கழகம் (F.I.B.A) தோன்றியது. இக்கழகத்தின் இடைவிடா முயற்சியால் 1934ஆம் ஆண்டு அக்டோபர் மாதத்தில் கூடைப்பந்தாட்டம் ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் ஒரு ஆட்டமாக இணைக்கப்பெற்றது. அதன் பிறகு 1936ஆம் ஆண்டு 'பெர்லினில்' (Berlin) நடந்த ஒலிம்பிக் போட்டியில், முதன் முதலாக அமெரிக்கா வென்றது. கனடா வெற்றியைத் தொடர்ந்தது. (Runners up).

இந்தப் போட்டி விளையாட்டைக்காண கூடைப் பந்தாட்டத்தின் தந்தை டாக்டர் நெய்சுமித் அவர்கள் வருகைதந்து, காட்சியைக் கண்டு பேருவகை எய்தினார்.

இன்று வரை இந்த ஆட்டத்தில் அமெரிக்காவே வெற்றி நாடாகத் (Champions) திகழ்ந்து வருகிறது.

'பெண்மைக் குணமும், ஆண்மையற்றவர்களுமே ஆடக் கூடிய ஆட்டம்' என்று நாப்பறையறைந்த கயவர்களை வென்று விளங்கிய இந்த ஆட்டம், ஆண்மையுள்ளவர்களால், வலிமை மிகுந்த உடல் உள்ளவர்களால் மட்டும்தான் ஆட முடியும் என்ற நிலைக்கு வளர்ச்சியுற்றிருக்கிறது.

ஒருஆட்டக்காரரிடமிருந்து மற்றொரு ஆட்டக்காரருக்கு பந்தை மாற்றிக்கொண்டு ஆடுகின்ற ஆட்டத்தில், சில சமயத்தில் பந்தின் வேகம் மணிக்கு 41 மைல் வேகத்தில் செல்லுகிறதாம். அவ்வாறென்றால், ஆட்டத்தின் வேகத்தை நாம் உணர்ந்து மகிழ வேண்டியதுதான்.

ஆடி முடிக்கிற 40 நிமிட அளவிற்குள், அந்த ஆடுகளத்தில் ஒரு ஆட்டக்காரர் நிற்பது. நடப்பதை தவிர, ஓடும் தூரம் மட்டும் 4 அல்லது 5 மைல் அளவு இருக்கும் என்று கணக்கிடப்பட்டிருக்கிறது. இது ஆட்டக்காரர்களின் உடல் வலிமைக்கு ஒரு சிறந்த எடுத்துக்காட்டாகும்.

இவ்வாறு தன்னளவில் வளர்ச்சியும், நம்பி ஆடுகின்ற மக்களுக்கு உள்ளக் கிளர்ச்சியும் தருகின்ற கூடைப் பந்தாட்டம் எல்லா ஆட்டங்களிலும் சிறந்து மேம்பட்டு விளங்குகிறது என்றால் அது மிகையல்ல. அது ஆட்டத்தின் பெருமைமிகு பண்புக்குச் சான்றாகும்.

இந்தியாவில் கூடைப் பந்தாட்டம்

அமெரிக்காவில் உள்ள மக்களால் பெரிதும் விரும்பி ஆடப்படுகின்ற ஆட்டமாக விளங்கிய கூடைப்பந்தாட்டம், உலகமெங்கும் எடுத்துச் செல்லப் பட்டது. இதனால்

வளர்ச்சியும் பெருமையும் மிகுந்தன. பல நாடுகள் இதில் பங்கு பற்றி ஆடினாலும், 'விதிகள் ஒன்றே, விளையாடும் முறையும் ஒன்றே' என்ற அளவில் சிறப்பாக வளர்ச்சியுற்று இருக்கின்றன.

வெளி நாடுகளில் தோன்றிய விளையாட்டுக்கள், அந்நாட்டிலிருந்து வெளிநாட்டுக்குச் செல்லும் போர் வீரர்களாலும், பற்று மிகுந்தவர்களாலும், சமயப் பரப்பாளர்களாலும் இன்னும் பிறராலும் விரும்பி எடுத்துச் செல்லப்பட்டன. அதேபோல்தான் கூடைப் பந்தாட்டமும் தன் வெளிநாட்டுப் பயணத்தைத் தொடங்கியது.

அமெரிக்காவில் இருந்து புறப்பட்ட 'சமயப்பரப்பாளர் களுடனே' (Missionaries) ஆட்டமும் இந்தியாவை வந்து அடைந்தது. அதனை 'இளங்கிறித்துவக் கழகத்தார்' (y.M.C,A.) கல்கத்தாவில் முதன்முறையாக எல்லோருக்கும் அறிமுகப்படுத்தினர்.

ஆனல் முதலில் மக்கள் இந்த ஆட்டத்தை அவ்வளவாக விரும்பவில்லை. ஆட்டம் குழந்தைப் பருவத்தோடே, வளர்ச்சியற்று நின்றுவிட்டது, முதல் உலகப் போருக்கு முன்னரே வந்து சேர்ந்த ஆட்டத்திற்கு, வளர்வதற்குரிய வாய்ப்பும் ஆதரவும் 1932ம் ஆண்டுக்குப் பின்னரே தான் கிட்டியது. அதுவரை ஆட்டம் 'இந்திய ஒலிம்பிக் கழகத்தாரால்' (I. O. A.) சரியான முறையில் ஏற்றுக் கொள்ளப்படாத நிலையிலே இருந்து வந்திருக்கிறது.

காலம் வளர வளர, ஆட்டத்தின் மீதுண்டான ஒரு இனந்தெரியாத வெறுப்பும் மறைய மறைய, ஆட்டமும் நல்ல நிலையிலே வளர ஆரம்பித்தது. மாநிலக் கூடைப் பந்தாட்டக் கழகங்கள் (State Basket Ball Associations) ஆங்காங்கே தோன்ற ஆரம்பித்தன. இந்த ஆர்வத்தால் உந்தப்பட்ட நல்ல வளர்ச்சியின் காரணமாக 1934ம் ஆண்டு

பரந்த அளவிலே 'தேசீய வெற்றிப் போட்டி' (National Championship) டில்லியிலே நடத்தப் பெற்றது. இந்த ஆட்டத்தைக் கட்டுப்படுத்திக் காக்கும் கழகமாக 1950 ஆம் ஆண்டு வரை இந்திய ஒலிம்பிக் கழகமே இருந்து வந்தது.

மறைந்த தலைவர் C. C. ஆபிரகாம் (Abraham) அவர்கள் தலைமையில் தேசிய அளவிலே இந்தியக் கூடைப் பந்தாட்டக் கழகம் ஒன்று(Basket ball Federation of India) 1950ஆம் ஆண்டு ஏற்படுத்தப் பட்டது. பெண்களும், மாணவர்களும் இன்னும் தொழிலாளர்களுங் கூட இந்த ஆட்டத்தில் அதிக உற்சாகங் காட்டத் தொடங்கினர்.

இதன் பயனாக 1955ம் ஆண்டு 'தேசீயக் கூடைப் பந்தாட்டப் போட்டி' ஒன்று, மாணவர்களுக்காக நடத்தப் பெற்றது. இந்தப் போட்டி, மாணவர்களின் எதிர்கால எழுச்சிக்கு சிறந்த தூண்டுகோலாக அமைந்தது. தற்போது இந்தியாவின் 'தேசிய பந்தாட்டப் போட்டிக்கான பரிசு 'எட்வர்டு வில்லியம் டாடு' (Edward william Dodd) என்பவரின் நினைவுக் கோப்பையாக இருந்து வருகிறது.

இன்று கூடைப்பந்தாட்டம் இந்தியாவில் உள்ள எல்லா பட்டி தொட்டிகளிலும் விளையாடப்பட்டு வருகிறது. அதை ஆடாத ஊரே இல்லை என்ற அளவுக்கு வேகமாக வளர்ந்து வருகிறது. ஆனால், உலக நாடுகளுடன் அந்த வளர்ச்சியை ஒப்பிடும்போது, அந்த வளர்ச்சி மிகவும் சாதாரணமானது. மற்ற நாடுகளைப் போட்டியிட்டு வெல்லும் அளவுக்கு நாம் இன்னும் சிறப்பாக ஆற்றல் பெறவில்லை யென்றாலும், ஆட்டக்காரர்களை உண்மையாக ஊக்குவித்து, நல்ல முறையில் உற்சாகப்படுத்தி ஆடச் செய்து, ஆட்டத்தை மேம்படுத்துவது அரசினரின் கடமையாகும். அதனால் ஆட்ட நிலையில் வளம் பெருகும்.

ஆடும் முறை

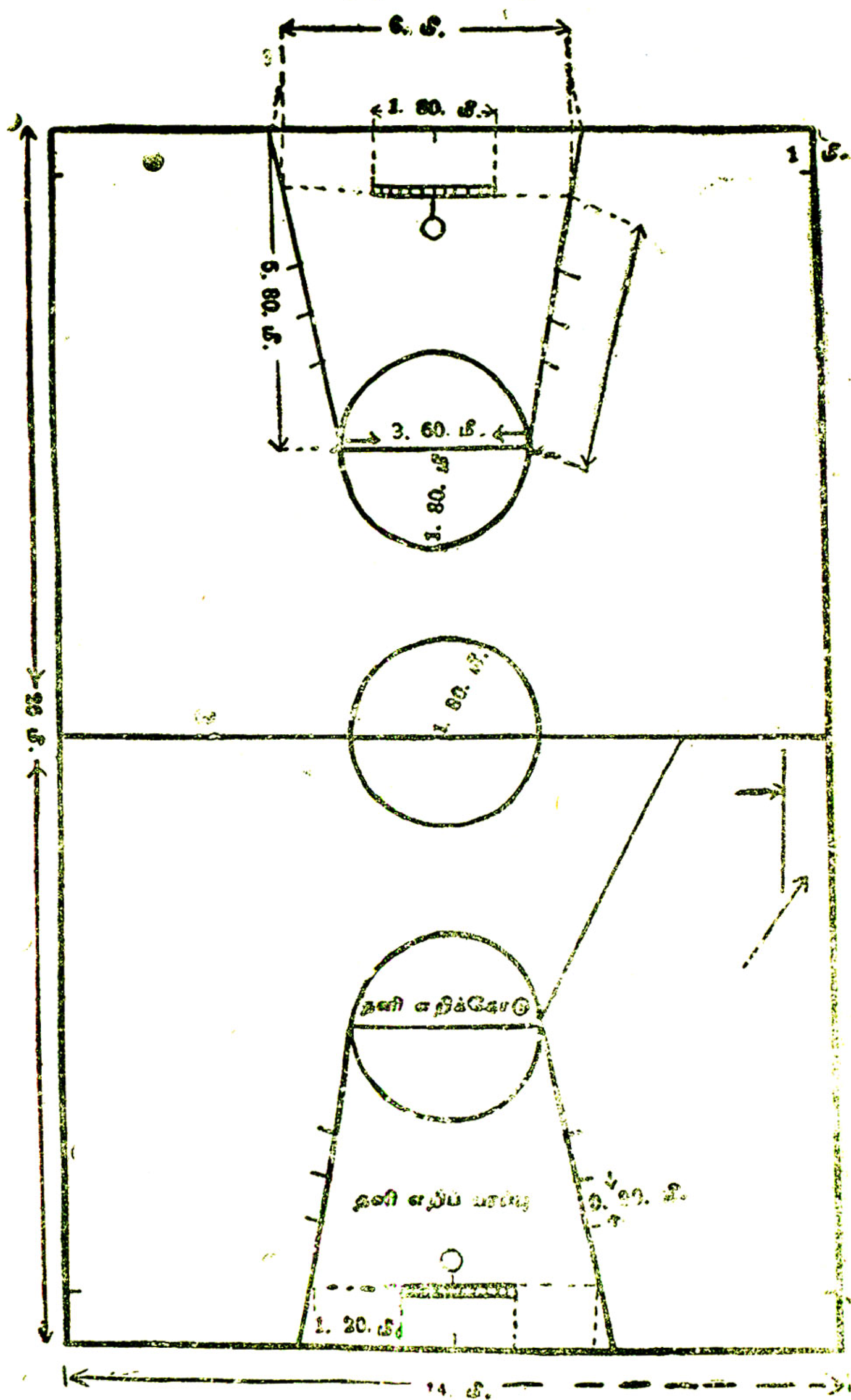
ஐந்து ஆட்டக்காரர்கள் சேர்ந்தது ஒரு குழுவாகும். (Team) ஒரு குழு தன் எதிர்க்குழுவுக்கு உரிமையான வளையத்தினுள் (எதிர்பக்கம் அமைந்த வளையம்) பந்தை எறிய முயல்வதும்; எதிர்க்குழு அவர்களை வளையத்திற்குள் எறியவிடாது தடுத்து, தாங்கள் அடுத்தவர்களுடைய 'வளையத்தினுள்' பந்தை எறிய முயல்வதும்தான் ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கமாகும்.

ஆட்டத் தொடக்கத்தில் இரு குழுவில் உள்ள ஆட்டக்காரர்கள் அனைவரும் தங்களுக்குரிய இடங்களில் நின்று கொண்டிருப்பார்கள். ஆடுகளத்தின் மைய வட்டத்தின் உள்ளே (Centre Circle) 'முன்னோட்டக்காரர்கள்' இருவர் (குழுவுக்கு ஒருவராக) (Centre Forwards) எதிரெதிராக நின்று கொண்டிருக்க; நடுவர் அவர்களுடைய கைகளுக்கு எட்டாத அளவு உயரத்தில் பந்தை மேலாக எறிந்து ஆட்டத்தைத் துவக்கி வைப்பார். இதற்குப் **'பந்துக்குந் தாவுதல்'** (jump ball) என்று பெயர். உயரே எறிந்த பந்தைத் தன் குழுவினரிடம் தள்ளி சேர்க்க இருவரும் தாவிக் குதித்து முயற்சி செய்வார்.

கையில் பந்தை வைத்திருக்கும் ஒரு ஆட்டக்காரர், எதிர்க் குழுவினர் காத்து நிற்கின்ற வளையத்திற்கருகே சென்று, பந்தை எறியவே முயற்சி செய்வார். அதற்காக அவர் பந்தைக் கையில் தூக்கி வைத்துக் கொண்டு நடக்கவோ, ஓடவோ முடியாது. அப்படிச் செய்வதும் கூடாது. அவர் பந்தைத் தரையில் தட்டிக் கொண்டே ஓடலாம். (Dribbling). அவ்வாறு அவர் ஓடும் பொழுது, ஒரு தப்படி (Step) வைக்கும் நேரத்தில் தான் கையைப் பந்துடன் தொடர்பு வைத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

ஒரு முறை பந்தைக் கையால் பிடித்து தரையிலே தட்டிக் கொண்டு ஓட ஆரம்பித்து, பிறகு பந்துடன் நின்று

கூடைப்பந்தாட்ட ஆடுகளம்



விட்டால், (இரு கைகளிலும் பந்தை வைத்துக் கொண்டு நிற்பது) அவர் மீண்டும் பந்தைத் தட்டிக் கொண்டு ஓட முடியாது. அதனல் அவருக்கு இரண்டே இரண்டு வழிகள் தான் உண்டு. ஒன்று, தன் குழுவினரில் ஒருவருக்குப் பந்தைக் கொடுத்து விடுவது, அல்லது வளையத்தை நோக்கியெறிந்து 'வெற்றி எண்' பெற முயல்வது. இவ்வாறு அவர் செய்யாவிடில், விதியை (Rule) மீறி நடந்ததாகக் கருதப்படுவார்.

ஒரு ஆட்டக்காரர் தன் குழுவினருக்குப் பந்தை இப்படித்தான் வழங்க வேண்டும் (Pass) என்று விதிகளில்லை. எப்படி வேண்டுமானலும் தரலாம். கைகளை மேலே ஏற்றியும், கீழாகவும் (Overhand and Underhand); தரை வழியாக உருட்டியும், மேலே பந்தை எறிந்தும் (Air and Floor) அல்லது கைகளுக்கு உள்ளேயும் (கொடுத்தோ, திணித்தோ) மாற்றிக் கொள்ளலாம்.

இன்னும், வளையத்திற்குள் பந்தை எப்படி வேண்டுமானனும் எறியலாம். ஆனல் ஒன்று. விதிகளுக்குட்பட்டு ஆடுகளத்திற்கு உள்ளே இருந்து கொண்டுதான் எறிய வேண்டும். கோட்டிற்கு வெளியேயிருந்து எறியப்படும் பந்து வளையத்தினுள் நுழைந்தாலும், கணக்கில் 'வெற்றி எண்' சேராது. வளையத்திற்கு மேலாக வந்து வளையத்தினுள் நுழைந்து, அதன் கீழ்ப் பாகத்தில் உள்ள வலை (Net) வழியாகப் பந்து கீழே வந்தால்தான், வெற்றி எண் கிடைக்கும்.

இவ்வாறு ஒரு முறை வளையத்தில் நுழைந்து வலை வழியாக வெளியே வந்த பந்து வெற்றி எண்ணைக் கொடுத்த பின்னர், அது 'நிலைப் பந்தாக' (dead ball) மாறுகிறது. அதை மீண்டும் ஆடும் பந்தாக மாற்ற, அந்த வளையத்தைக் காக்கும் குழுவினரில் ஒருவர், அவருடைய பகுதியின் கடைக்கோட்டிற்கு வெளியே வந்து நின்று, பந்தை

ஆடுகளத்திற்கு உள்ளே எறிய வேண்டும். இதைக் காலம் கழிக்காது உடனே செய்ய வேண்டும்.

ஒவ்வொரு முறையும் வளையத்திற்குள் பந்து விழுந்தால் 2 வெற்றி எண்கள் தரப்படுகிறது. ஆட்ட நேரத்தில் பந்து வளையத்திற்குள் விழுவதால் இதற்குக் கள வெற்றி எண் (Field Goal) என்று பெயர். இதற்குத் திறமையும், நல்ல சாதுரியமும் தேவையாகும். எதிர்க் குழுவினர் இழைத்தத் தவறுக்காக (Foul) தனியே, தடையேதுமின்றி எறியப்படும் 'தனி எறி'க்கு (Free throw) வளையத்தினுள் பந்து விழுந்தால் 'ஒரு வெற்றி' எண் கிடைக்கும். இதற்குத் தனி எறி வெற்றி எண் (Free throw Goal) என்று பெயர்.

ஆட்டத்தின் மொத்த விளையாட்டு நேரம் 40 நிமிடங்கள். 20 நிமிடங்கள் ஒவ்வொரு பகுதிக்குமாக (Half) இரண்டு பகுதிகள் உண்டு. இடைவேளை நேரம் 10 நிமிடங்கள். ஆட்டத்தின் மொத்த நேரத்தின் இறுதியில் அதிகமான வெற்றி எண்களைப் பெறுகின்றவரே வெற்றி பெற்றவராவார்.

இறுதியில் இருவரும் சமமான வெற்றி எண்கள் பெற்றிருந்தால், 5 நிமிட மிகை நேரம் (Extra Time) கொடுத்து ஆடச் செய்ய வேண்டும். இதிலும் வெற்றி நிர்ணயிக்கப் படாவிட்டால் 5 நிமிட இடை வெளிக்குப் பிறகு, 5 நிமிடங்கள் கொண்ட மிகை நேரமாகத் தந்து ஆடச் செய்ய வேண்டும்.

முதல் தடவை தொடங்கும் மிகை நேரத்திற்கு மட்டும் நாணயத்தை சுண்டியெறிந்து பக்கத்தைத் (Side) தெரிந்தெடுக்கச்செய்து, பின்தொடர்ந்து வரும் மிகைநேரத்திற்கு, குழுக்களை மட்டும் பக்கத்தை மாற்றிக் கொள்ளச் செய்ய வேண்டும். ஓய்வு நேரம் (Time Out) குழுத் தளபதியாலோ அல்லது குழுத் தலைவராலோ (Team

Captain or Team Manager or Coach) கேட்கப் படலாம். அவ்வாறு கேட்கப்படும் 'ஓய்வு நேரம்' ஆட்ட மணிப் பொறி அல்லது 'விளையாட்டுக் கடிகாரம்' (Game watch) நின்றிருக்கும் பொழுதுதான் கேட்கப் படவேண்டும்.

இத்தகைய பயனுள்ள ஆட்டம், ஒரு குறுகிய ஆடுகளத்தில் ஒரு பந்துக்காக 10 பேர் தொடர்ந்து ஓடி ஆடுகின்ற முறையிலே அடிக்கடி 'உடல் தொடர்பு' (Body Contect) ஏற்பட வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. ஆகவே உடல் தொடர்பு எதிர்பாராத விதமாக நிகழ்ந்து வருவதைத் தவிர, வேண்டுமென்றே வன்மையாக இடித்து ஆடுகின்ற ஆட்டத்தைத் தவிர்த்து ஆடி வந்தால், ஆட்டம் இன்னும் சிறப்பாக அமையும். சிறந்த பயனையும் தரும். இதற்கான சில திறன் நுணுக்கங்களைக் கற்றுத் தெளிதல் மிக மிக அவசியம் என்பதால், அதனை அறிந்து கொள்வது மிகவும் இன்றியமையாததாகும்.

முக்கியக் குறிப்புகள்

(1) பந்திற்குத் தாவுதல் (Jumb Ball or Centre Jump)

ஆடுகளத்தின் நடுவேயுள்ள மைய வட்டம் இரண்டாகப் பிரிக்கப் பட்டிருக்கும். ஒரு குழுவிற்கு ஒருவராக இரண்டு பகுதியிலும் உள்ள முன்ஞாட்டக்காரர்களில் ஒருவர் (Centre forward) வந்து எதிரெதிரே நிற்பார்கள். அவர்களுடைய பகுதியில் தாங்கள் எந்த வளையத்திற்குள் பந்தை எறிய வேண்டுமோ, அந்தத் திசையைப் பார்த்துக் கொண்டு நிற்க, மற்ற எட்டு ஆட்டக்காரர்களும் அவரவர்களுக்குரிய இடங்களில் நின்று கொண்டிருப்பார்கள். வட்டத்திற்குள் இருக்கும் இருவர் மத்தியிலுள்ள நடுக்கோட்டில் விழுமாறும், இருவர் கைகளுக்கு எட்டாத அளவு கொஞ்சம் உயரத்திலும் நடுவர் பந்தைத் தூக்கிப் போடுவார். அந்த பந்து ஓரளவு உயரே வந்து சேர்ந்ததும், குழலொலி

நடுவரிடமிருந்து கிளம்பும். ·அதுதான் ஆட்டத்தின் ஆரம்ப நிலையாகும். ஆட்ட மணிப் பொறியும் ஓடத் தொடங்கும். இருவரும் பந்திற்காக உயரே தாவி, தங்களுடைய குழுவினர் கையில் பந்து கிடைக்குமாறு தட்டி விட முயற்சி செய்வார்கள். இதைத் தான் 'பந்திற்குத் தாவுதல்' என்பார்கள்.

இவ்வாறு பந்திற்காகத் தாவும் ஆட்டக் காரர்கள், இருவரில் ஒருவர் பந்தைத் தொடுவதற்குள், அந்த வட்டத்தை விட்டு வெளியே வரக் கூடாது. ஒரு முறை தட்டிய பின், இரண்டாவது முறையும் தொடர்ந்து தானே ஆடக் கூடாது. ஆனல், மற்றவர் அப்பந்தைத் தொட்டு ஆடினல், அவர் தொடர்ந்து அதை ஆடலாம்.

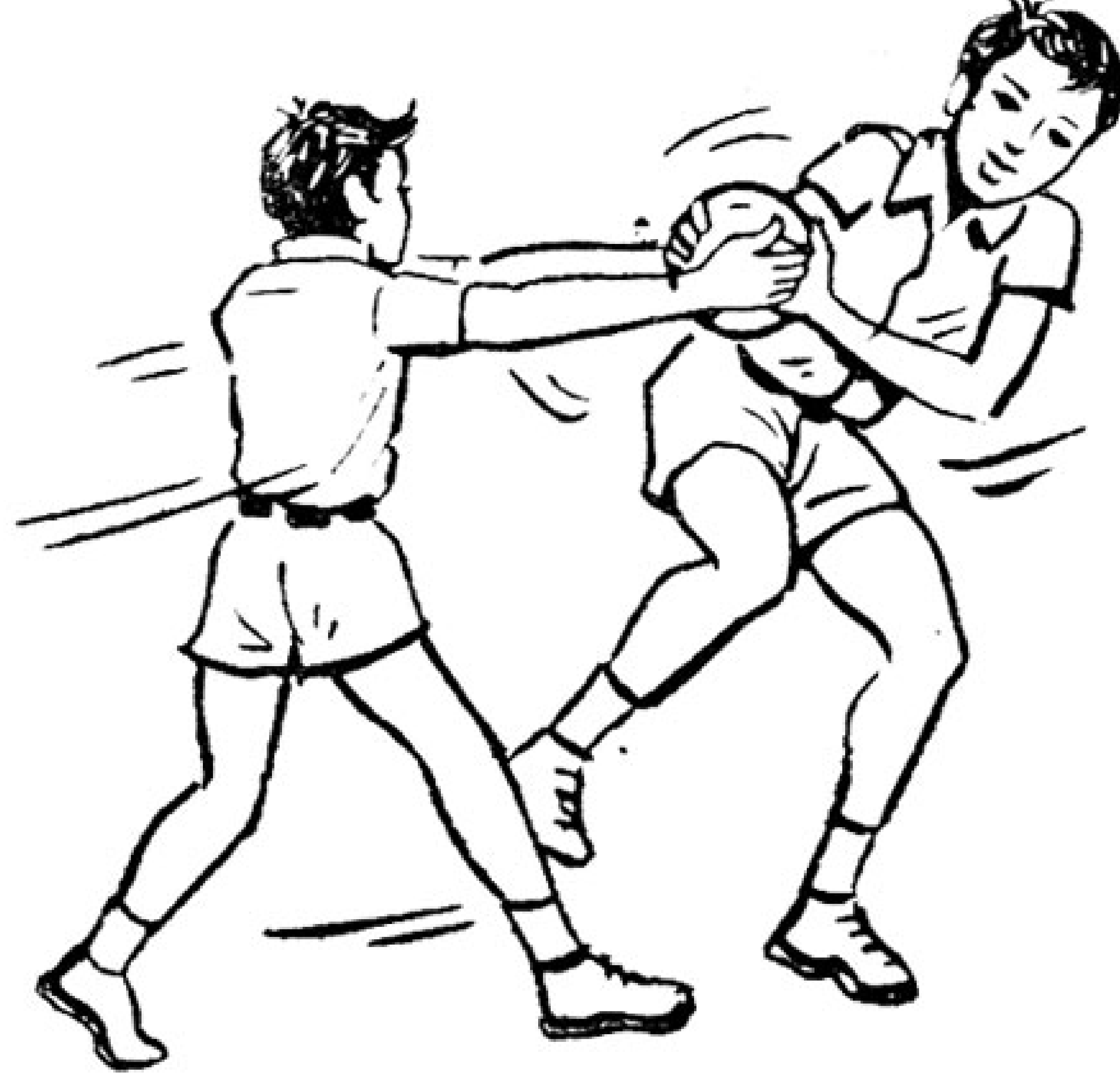
ஆட்டம் துவங்கும் பொழுதும், இரண்டாவது பகுதியின் ஆட்டத் தொடக்கத்திலும், மிகை நேர ஆட்டத் துவக்கத்திலும், 'பிடி நிலைப் பந்து' (Held ball) ஏற்படும் போதும், ஆட்ட நேரங்களில் சில சமயங்களிலும் 'பந்திற்குத் தாவுதல்' நடை பெறும்.

2. பிடி நிலைப் பந்து (Held Ball)

எதிரெதிர் குழுவைச் சேர்ந்த இருவர் பந்தின் மேல் ஒரு கையையோ அல்லது இரு கையையோ கொண்டு பந்தை, இறுக்கிப் பிடித்துத் தங்களுக்குள் உரிமையாக்கிக் கொள்ள முனைந்து, அதனல் ஆட்டத்திற்குத் தாமதம் ஏற்பட்டு, யாராவது ஒருவர் வலிமையைப் பயன்படுத்தித் தான் பந்தை எடுக்க வேண்டும், ஆட்டத்தை அதன் பிறகே தொடங்கவேண்டும் என்ற நிலை ஏற்பட்ட நேரத்தைத் தான் 'பிடிநிலைப் பந்து' என்று கூறுகிறேம்.

இந்த நிலை ஏற்பட்ட பிறகு, நடுவர் குழலொலி மூலம் ஆட்டத்தை நிறுத்தி, பந்தை எடுத்து, மீண்டும் ஆட்டத்தை

தொடங்க, 'பந்திற்குத் தாவுதல்' மூலமாக ஆரம்பித்து வைப்பார். இந்தப் பிடியில் சம்பந்தப்பட்ட இருவரும் பந்திற்குத் தாவும் செயலில் ஈடுபடத் தகுதி பெறுகின்றனர். இந்தப் பிடிநிலை எந்த இடத்தில் ஏற்படுகிறதோ, அதற்கு



அருகாமையில் உள்ள வட்டத்தில் பந்திற்குத் தாவும் நிகழ்ச்சி இடம் பெற வேண்டும்.

3. உள்ளெறிதல் (Throw-in)

பக்கக் கோட்டிற்கும் (Side line) கடைக் கோட்டிற்கும் (End line) வெளியே சென்ற பந்தை, மீண்டும் ஆடுகளத் திற்குள் போட்டு ஆட்டத்தைத் தொடங்குவதற்கு 'உள் எறிதல்' என்று பெயர். கடைசியாக பந்து கோட்டிற்கு வெளியே சென்றபொழுது யார் அதைத் தொட்டார்களோ அல்லது யார் பந்தை வெளியே தள்ளினார்களோ,அவர்களின் எதிர்க் குழுவில் ஒருவர் பந்தை எடுத்துக் கோட்டிற்கு வெளியே நின்று உள்ளெறிய வேண்டும். பந்தை எறிந்தோ (Throw), உருட்டி விட்டோ (Roll) அல்லது மேலே கிளம்புமாறு தரையில் அடித்தோ (Bounce) ஆடுகளத் தினுள் போடலாம். பந்தை உள்ளெறியும் வாய்ப்பைப் பெற்ற ஆட்டக்காரர் எறிவதற்கான நேரத்தை 5 விநாடி

களுக்கு மேல் எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. இந்த விதியை மீறினல், உள்ளெறியும் வாய்ப்பு மறு குழுவினருக்குப் போய்ச் சேருகிறது.

4. பந்துடன் ஓடல் (Dribbling)

தன் கையில் பந்து கிடைத்ததும், முன்னேறிச் சென்று வளையத்திற்குள் எறிய முயற்சிப்பது தான் ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம். அதற்காகப் பந்தைக் கையில் வைத்துக் கொண்டு நடக்கவோ ஓடவோ முடியாது. ஆகவே பந்தைத் தரையிலே உருட்டிக் கொண்டோ, மேலாக எறிந்தோ, மேல் கிளம்புமாறு தரையில் அடித்தோ அல்லது தட்டிக் கொண்டு பந்துடன் ஒடியோ தான் முன்னேற வேண்டும். தட்டிக்கொண்டு பந்துடன்ஒடும்பொழுது ஒரு கையால்தான் தட்டவேண்டும். இரண்டு கைகளாலும் பந்தை எப்பொழுது பந்துடன் ஓடும் (Dribbling) பொழுது தொடுகிருனே, அப்பொழுது 'பந்துடன் ஓடல்' முடிவு பெறுகிறது. பின்னர் வளையத்திற்குள் பந்தை எறிவதோ அல்லது தன் குழுவினரிடம் கொடுப்பதோ என்ற இரு வழிகள்தான் உண்டு.

பந்தைக் கையில் வைத்திருக்கும் பொழுது ஒரு தப்படி (Step) தான் எடுத்து வைக்கலாம். ஆனல் பந்துடன் ஓடும் பொழுது எத்தனை தப்படி வேண்டுமானலும் எடுத்து வைக்கலாம்,

5. தனி எறி (Free Throw)

தடுக்கவும் மறைக்கவும் யாருமே இல்லாது, மற்றவர்கள் தூரத்தில் நின்று பார்த்துக் கொண்டிருக்க, தனியாக வளையத்தினுள் பந்தை எறிகின்ற வாய்ப்புக்கே 'தனி எறி' என்று பெயர். எதிர்க் குழுவினர் ஒருவரை வலிமையாகத் தள்ளியோ, இடித்தோ அல்லது வேண்டுமென்றே வன்மை யாக நடந்துகொண்டு செய்கின்ற தவறுகளுக்குத் தனி எறி யானது தண்டனையாகத் தரப்படுகின்றது.

யார் தவறுக்கு இலக்காகிருரோ (Who was Fould) அவர்தான் 'தனி எறியை' எறிய முடியும். தனி எறியை எடுக்க முடியாதபடி அவருக்குக் காயமோ அல்லது நிலேமாற்றமோ நேர்ந்துவிட்டால் 'மாற்ருள்' (Substitute) ஒருவனை அவரிடத்தில் ஆட அனுமதித்து, பினனர் தனி எறியை எடுக்கச் செய்யலாம்,

கடைக் கோட்டிலிருந்து 13 அடி தூரத்திலிருக்கும் அரைவட்டப் பகுதியின் பின்ஞல் நின்று கொண்டு, கோட்டைத் தொடாமல், பந்தைக் கையில் எடுத்து வளையத்திற்குள் எறிய முயல வேண்டும். பத்து விஞடிக்கு மேல் இதற்கு நேரம் எடுத்துக் கொள்ளக் கூடாது. எறிவதைத் தடுக்க யாருமே வரமாட்டார்கள். ஆனல், குழுவிற்கு இருவர் மட்டும் அங்கு குறியிடப்பட்ட இடங்களில் (ஆடுகளப் படத்தைக் காண்க), நின்று கொண்டிருப்பார்கள். இவ்வாறு வளையத்திற்குள் பந்தை எறிந்து விட்டால் ஒரு வெற்றி எண் கிடைக்கும்.

ஆட்டக்காரர் கவனிக்க (Rules for a Player)

1. கையை மூடிக்கொண்டு (மெதுவாகவோ—வேகமாகவோ) பந்தை அடிக்கக்கூடாது. அடிக்க முயலவும் கூடாது.

2. கால்களிஞல் பந்தை உதைக்கக் கூடாது.

3. பந்தைத் தூக்கிக் கொண்டு தொடர்ந்தாற் போல் இரண்டு தப்படிகள் வைக்கக் கூடாது.

4, ஒரு முறை பந்தைப் பிடித்து, பின்னர் தட்டிக் கொண்டு பந்துடன் ஓடியபின், மீண்டும் பந்தைப் பிடித்துக் கொண்டு நின்ருல். அடுத்துத் தட்டிக் கொண்டு ஓடக் கூடாது.

5. முன் பகுதியில் (Front Half) இருக்கும் 'தடுக்கப் பட்ட தனி எறி எல்லைக்குள் (Restricted free Throw Area) தன்னுடைய குழுவினரின் கையில் பந்திருக்கும் பொழுது, 3 விஞடிக்கு மேல் நின்று கொண்டிருக்கக் கூடாது. ஆனல் தன் கையில் பந்திருக்கும்போது மட்டுமே நிற்கலாம்.

6. பந்தை 'உள்ளெறியும்' போது 5 விஞடி நேரத்திற் குள்ளே எறிந்து ஆட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும்.

7. ஆடிக் கொண்டிருக்கும் பொழுது பந்தைப் பிடிக்க லாம்; எறியலாம்; வழங்கலாம்; பந்துடன் ஒடலாம்: எங்கிருந்து வேண்டுமாஞலும் ஆடுகளத்திற்குள் நின்று பந்தை வளையத்திற்குள் எறிந்து வெற்றி எண் பெறலாம். ஆனல், கோட்டிற்கு வெளியே நின்று பந்தை ஆடக்கூடாது.

8. எதிர்க் குழுவினரை வேண்டுமென்றே இடிப்பதோ அவர்மேல் ஏறிக் குதிப்பதோ. இடையில் குத்துவதோ, காலை இடறி விடுவதோ. மற்றும் வேண்டாத வேலைகளைச் செய்வதோ கூடாது.

சில தவறுகள் (Fouls)

இடித்தல் (Personal Contact)

85' x 46' பரப்பிற்குள்ளே, பத்து ஆட்டக்காரர்கள் ஒரு பந்தைத் தன்னிலைக்கு எடுத்துக் கொள்ள முயலும் போதும், அதைத் தடுக்க மற்றவர் விழையும்போதும், உடல் தொடர்பும், இடித்துக் கொள்வதும் ஏற்படுவது இயல்புதான். அதற்காக சந்தர்ப்பத்தைப் பயன்படுத்திக் கொண்டு, வேண்டுமென்றே மற்றவர் மேல் இடித்தல், விழுதல் முதலிய குற்றங்களைச் செய்தல் கூடாது,

இந்தத் தவறுகளை செய்யாதபடி ஆட்டக்காரர்கள் ஆடவேண்டும். மீறி அவர்கள் நடந்தால், 'குற்றத்தைச்

செய்தவருக்கு தண்டனை தரும் முகமாக, எதிர்க் குழுவின ருக்கு 'தனி எறி' வாய்ப்பை நடுவர் தருகிறார். இன்னும், தனியார் குற்றம் (Personal Foul) என்று அவர் பெயருக்கு நேராகக் குறிக்கப்படுகிறது.

தவறு செய்தவருக்கு 'தனியார் குற்றம்' என்று நடுவர் கூறியவுடன், தவறு செய்தவர் கையை உயரே தூக்கி, வெற்றி எண்ணைக் குறிக்கும் குறிப்பாளரிடம் காட்ட வேண்டும். அதனால் குறிப்பவருக்கு (Scorer) குற்றத்தைப் பதிவு செய்ய எளிதாக இருக்கும். இவ்வாறு ஒருமுறை செய்யத் தவறினால், அவருக்கு எதிராக **தனிநிலைத் தவறு** (Technial Foul) எனும் குற்றம் சாட்டப்படுகிறது.

ஐந்து முறை தவறு செய்த ஆட்டக்காரர், தொடர்ந்து ஆடுவதிலிருந்து விலக்கி வெளியேற்றப்படுகிறார். மீண்டும் அவரால் அன்றைய விளையாட்டில் கலந்துகொள்ள முடியாது. தனிநிலைத் தவறுக்குத் தண்டனையாக இரண்டு முறை 'தனிஎறி' எறியும் வாய்ப்பு தரப்படுகிறது.

தனிநிலைத் தவறு (Technical Foul)

ஆட்டத்தின் விறுவிறுப்பையும் உற்சாகத்தையும் குலைக்கின்ற அளவுக்கு நேருகின்ற தவறுகளும் உண்டு; சில சமயங்களில் தெரியாமல் செய்யப்பட்டு 'ஆட்டத்தின் போக்கைக் கட்டுப்படுத்தும் நடுவர்களுக்கு இடைஞ்சலாக உள்ள தவறுகளும் உண்டு. இதே தவறுகள் ஒரு முறை எசசரிக்கப்பட்ட பிறகும் மீண்டும் செய்வது தான் தனி நிலைத் தவறு எனப்பட்டுத் தண்டனை தரப்படுகிறது. வேண்டுமென்றே தெரிந்து செய்வதும், பெருந்தன்மையற்ற செய்கைகளும், உடனடியாகத் தண்டிக்கப்பட வேண்டும் என்பதற்காகவே தனி நிலைத் தவறு வைக்கப்பட்டிருக் கிறது.

ஆட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கும் பொழுது, பந்தை வெளியே தூக்கி எறிந்து காலத்தை வீணுக்குவது போன்ற பண்பற்ற செய்கைகளும்; எதிரே ஓடி வருகின்ற எதிர்க் குழு ஆட்டக்காரரின் கண்களுக்கு அருகில் கையை வைத்து வீசி மறைக்கும் தன்மையில் இடையூறு செய்வதும்; நடுவரையும் மற்றும் ஆட்டம் ஒழுங்குற நடத்துபவர்களையும் மரியாதையின்றிப் பேசுவதும்; அவர்களிடம் ஒழுங்கின்றி நடந்து கொள்ளுதலும்; 'தனியார் குற்றம்' அவர் மேல் சுமத்தப்படும் பொழுது ஒழுங்காக கையை உயர்த்தி தன்னைக் காட்டிக் கொள்ளாது இருப்பதும்; தன்னுடைய 'ஆடும் எண்ணை' (Number) நடுவரிடமும் குறிப்பாளரிடமும் (Scorer) சொல்லிக் கொள்ளாமல் மாற்றுவதும்; 'மாற்ருளாக' உள்ளே வரும் பொழுதும், வெளியே போகும் பொழுதும் நடுவரிடமும் குறிப்பவரிடமும் அறிவிக்காதிருத்தலும் போன்ற தவறுகள், முதல் முறை நடுவரால் எச்சரிக்கப்படும். மீண்டும் செய்தால் தனி நிலைத் தவறு சாட்டப்படும். பின்னும் தவறைத் தொடர்ந்தால், அவர் ஆட்டத்தை விட்டே வெளியேற்றப் படுவார்.

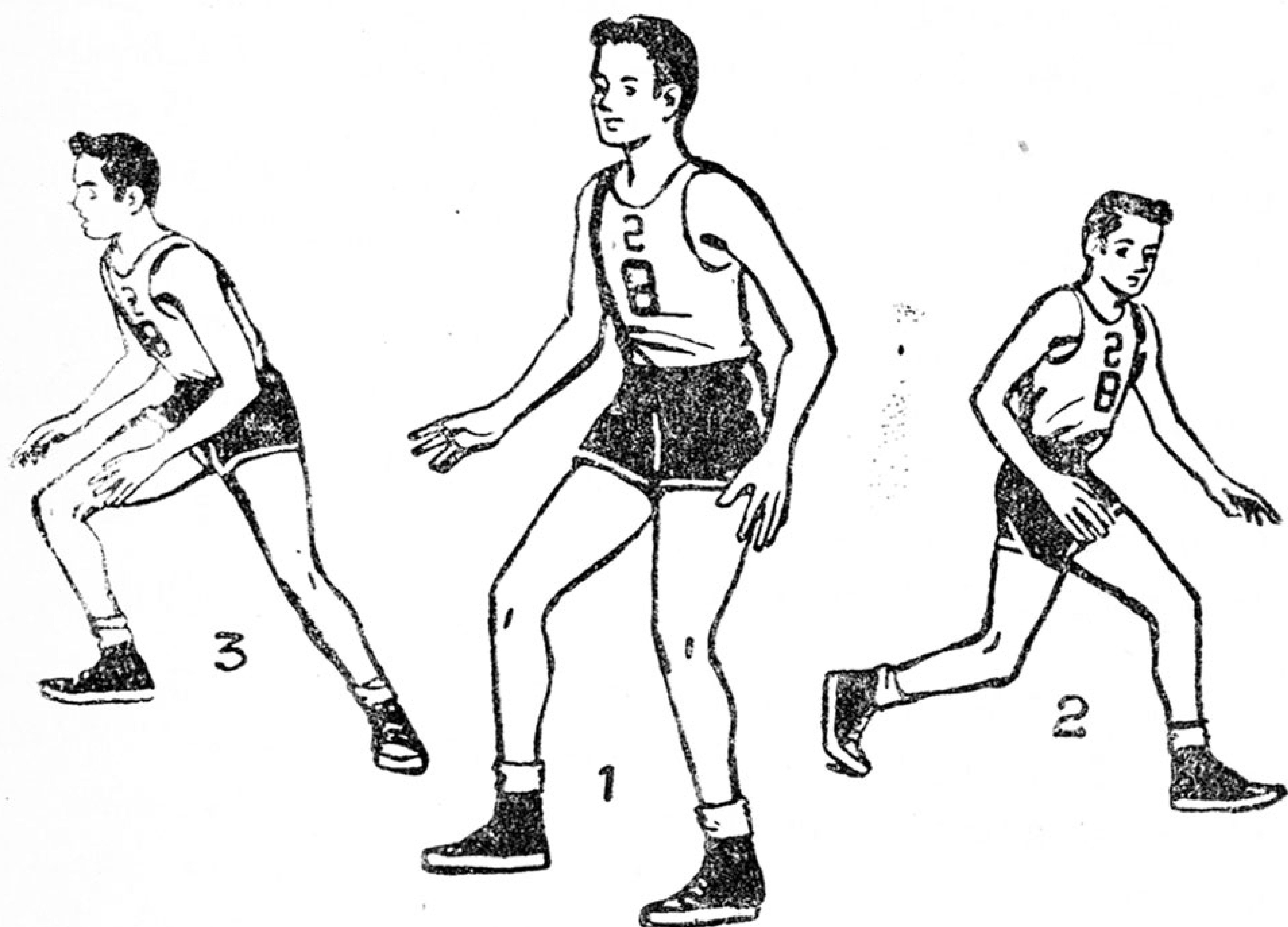
'தனி எறி' நடந்த பிறகு, மையக் கோட்டுக்கு அருகே பக்கவாட்டில் வெளியே இருந்து, தனிஎறி எடுத்த குழுவின ரால் உள்ளெறிதலைச் செய்ய, ஆட்டம் தொடங்குகிறது. தனி எறி வெற்றி பெற்ருலும் பெருவிட்டாலும் மேலே கூறியவை காரணமல்ல.

தடுத்தல் (Blocking)

பந்தோடு ஒருவர் முன்னேறும்பொழுதும்; அவர் வளையத்திற்குள் பந்தை எறிய முயற்சிக்கும் பொழுதும் மறு குழுவினர் தடுத்து நிறுத்த முயல்வது, மிக மிக அவசியமாகும். அதற்கான வழிகளை, விதிகளின்படி தடுப்பதுதான் முறையான ஆட்டம். முறை நீங்கிய

மாற்று வழிகளாக, ஓடுவோரைக் கையால் பிடித்து நிறுத்துவதோ, அல்லது பந்தை பிடிப்பது போல் அவரின் உடலை இடிப்பதோ, இன்னும் கீழான முறைகளில் நடந்து கொள்வதோ எல்லாம் பெருந்தன்மையற்ற செயல்களாகும். ஆகவே, முறையோடு தடுத்து நிறுத்தி, தாங்களும் முயன்று ஆடுவதில் தான் உண்மையான இன்பம் இருக்கிறது.

பந்துடன் முன்னேறுவோருக்கு நேரே நின்று பாதையை மறைக்காமலும், பங்கம் நேராமலும் அவர்களைத் தடுக்க,



3 அடிக்கு அப்பால் நின்று கைகளை ஆட்டி அசைத்து, மறைக்கலாம்; அல்லது பந்தை எடுக்க முயலலாம். அவர் வளையத்தை நோக்கிப் பந்துடன் குறி பார்க்கும் பொழுது, கைகளை அங்குமிங்கும் வீசி, திரையைப் போல குறியை மறைக்கலாம். ஆனல் அவர் கண்களுக்கருகே கைகளை நீட்டி மறைக்கக்கூடாது.

ஒரு ஆட்டக்காரர் மேல், பலர் சேர்ந்து கொண்டு இடித்துத் தவறிழைப்பார்கள் (Multiple Contact). எத்தனை பேர் இந்தத் தவறில் ஈடுபட்டாலும் அத்தனை பேருக்கும் 'தனியார் குற்றம்' தரப்படுகிறது. அத்தனை முறை 'தனி எறி' வாய்ப்பும் தரப்படுகிறது. இரண்டு எதிர்க் குழுவைச் சேர்ந்த ஆட்டக்காரர்கள் இணைந்தாற் போல் தவறு செய்யும் பொழுதும், ஒவ்வொருவருக்கும் தனித்தனியே 'தனிநிலைத் தவறு' தரப்படுகிறது.

இரண்டாவது பகுதியின் கடைசி 5 நிமிடத்தில் நிகழும் எந்த விதமான தவறுகளுக்கும் (Fouls) தண்டனையாக, 'தனி எறி' இரண்டு முறை தரப்படுகிறது. தனி எறி எறியும் போது மற்றவர் தவறு செய்தால் வளையத்திற்குள் பந்து நுழைந்து விழுந்தால், 'வெற்றி எண்' கிடைக்கும்.

அப்படி விழாவிட்டாலும், மீண்டும் தனி எறிக்கு வாய்ப்புத் தரப்படும். தன் குழுவினரே 'தனி எறி' எறியும் போது தவறு செய்தால், அதற்குத் தண்டனையாக பக்கக் கோட்டின் வெளியிலிருந்து எதிர்க் குழுவினர் பந்தை உள்ளெறிதலைச் செய்வார்.

நடுவரின் குழலொலிக்குப் பிறகுதான், எப்பொழுதும் தனிஎறி நடைபெற வேண்டும். பெருந்தன்மை நீங்கிய (Un sportsmanlike qualities) பண்பற்ற செயல்களான எல்லாத் தவறுகளுக்கும், அந்தப் பொறுப்பான ஆட்டக் காரர் ஆட்டத்தில் தொடர்ந்து ஆட முடியாதவாறு நீக்கப் படுவார்.

திறன் நுணுக்கங்கள் (Techniques)

கூடைப் பந்தாட்டத்தில் சிறந்த ஆட்டக்காரராகத் திகழ, திறமையும், திண்மையான உடலும், குறி நோக்கும், கற்கும் நிலைகளில் முயற்சியும், நலம் தேடுகின்ற உள்ளமும்

தேவை. அத்துடன் திறன் நுணுக்கங்களில் ஆழ்ந்த அனுபவமும், அதிகப் பயிற்சியும் வேண்டுவது சாலச் சிறந்தது.

குறிப்பாக, பந்துடன் ஓடல், ஓடும்பொழுதே நிற்றல், பந்தை லாவகமாகப் பிடித்தல், பாங்கருக்கு (Team player) சரியாக வழங்குதல், இடம் பார்த்து வீசுதல், குறிநோக்கி வீசுதல் போன்ற திறமைகளை நல்லபடி அறிந்து, தெளிந்து செயல் மூலம் காட்டினலொழிய, விளையாட்டில் தேர்ச்சி யுள்ளதாகக் கருதமுடியாது.

பயிற்றுவிக்கும் வல்லுநர்கள் (Coaches) இந்த ஆட்டத்தினைக் கற்றுத்தர எந்த நுண்திறனை முதலில் கையாளுவது என்பதில் மாறு படுகின்றனர். கருத்து வேறுபாடு எதுவாக இருந்தாலும், ஆட்டத்தின் முழு நோக்கம் வளையத்திற்குள் பந்தை எறிவதுதான். எனவே திறன் எளிதானல், ஆடும் திறன் உடனேவரும். அதற்கான ஒரு சில நுணுக்கங்களைக் கீழே காண்போம்.

1. கால் திறன் (Foot work)

உடலைக் கட்டுப்படுத்தி ஒரு நிலையில் இருத்தித் திடமாக நிற்க, கால்களுக்கு வலிவை உண்டாக்குவது நமக்குத் தேவையான திறமையாகும். வேகமாக ஓடுவதும் வேண்டிய பொழுது உடனே நிற்பதும், எதிர்க் குழுவினரிடம் உள்ள பந்தை ஏய்த்துப் பிடுங்குதற்கு எற்ற நிலையிலிருப்பதும் ஆகிய நேரங்களில், கால்களின்திறன் மிகுதியாகத் தேவைப் படுகிறது.

பந்தை எடுத்துக் கொண்டு முன்னேறி வரும்பொழுது மறைக்கப் பட்டால், காலெடுத்து மாற்றி வைத்து, நோக்கத்தை (Aim) திசையைத் (Direction) திடீரென மாற்றுதல், இவற்றல் எதிரிகளை ஏமாற்றக் கால்திறன்

அதிகமாகப் பயன்படுகிறது. பந்தோடு வரும் எதிரியைத் தடுக்க குறுகிய இடைவெளியுள்ளபடி கால்களை வைத்து முன்னும் பின்னுமாக, பக்கவாட்டில் நகர்த்தக்கூடிய சக்தியும் திறமையும், கால்களின் சக்தியினுலே செய்யக் கூடும். கால்களின் அசைவிலே சுழல் தப்படி (Pivot) செய்ய இன்னும் அதிகமாக உதவுகிறது.

2. சுழல் தப்படி (Pivoting)

பந்துடன் முன்னேறும் பொழுது எதிர்க் குழுவினர் தடுப்பர். அவர்களை ஏமாற்றிச் செல்லவும், அப்படி ஏமாற்றி முன்னேற முடியாத நிலையிலும் பந்தை வளையத்தை நோக்கி எறிய முடியாத நிலையிலும் பந்தைத் தன் குழுவினருக்கு எறியவும் வழங்கவும், தட்டிக்கொண்டு ஓடவும் ஏற்றவாறு கால்களை நிலைப்படுத்திக் கொள்ளும் அசைவுக்கு **சுழல் தப்படி** என்று பெயர்.

பந்தை எதிரிகளிடமிருந்து காப்பதே இதன் முக்கிய நோக்கம். அதாவது பந்திற்கும் எதிரிக்கும் இடையில் தன்னை நிறுத்திக் கொண்டு பந்தைக் காப்பதுதாளுகும். ஒரு கால் நிலையாகவே இருக்க, மறுகாலை வசதியான நிலைமையில் மாற்றிக் கொள்ள, சுழற்றும் முறையில் வைத்துக் கொள்வதே சுழல் தப்படியாகும்.

நிலையாக வைத்திருக்கும் ஒருகாலை பெயர்த்தெடுக்காமல் அவர் எத்தனை தடவையேனும் மறுகாலைப் பெயர்க்கவோ சுழற்றவோ, வட்டம் போடவோ செய்யலாம். இதில் எப்பொழுதும் ஒரு சிக்கல் எழுவது இயற்கை. **நிலையான கால்** (அச்சுப் போன்றது) (Pivot foot) எது? **நகரும் கால்** (Rear foot) எது? என்பதுதான்.

பந்தைப் பிறரிடமிருந்து தன் கைகளில் பெறும்பொழுது ஒருவர் இரு கால்களையும் தரையில் வைத்திருந்தபடி

பெறுகிறார் என்று வைத்துக் கொள்வோம். அவர் அந்த இரண்டு கால்களில் எந்தக் காலையாவது (Leg) ஒன்றை நிலையானதாகவும், மற்றொன்றை நகரும் காலாகவும் வைத்துக் கொள்ளலாம். அது அவருடைய விருப்பத்தையும் அந்த நேரத்தையும் பொறுத்தது. இடதுகால் நிலையாக இருந்தால், வலது கால் நகரும்; வலது கால் நிலையாக இருந்தால் இடது கால் நகரும்.



பந்தைத் தாவி உயரத்திலே பிடிக்கும் பொழுது; ஆட்டக்காரரின் ஒரு கால் மேலேயும் (In the air) மறுகால் தரையிலும் இருக்கிறது எனக் கொள்வோம். பந்தைப் பிடிக்கும்போது ஒன்று (Count one) என எண்ணவும். மேலே இருந்த கால் தரையைத் தொடும் பொழுது இரண்டு (Count Two) என்று எண்ணவும். இப்பொழுது கடைசியாகத் தரையை மிதித்த கால் நிலையான காலாகவும் (Pivot foot), மறுகால் நகரும் காலாகவும் மாறும் என அறிக.

பந்தை உயரே தாவிப் பிடிக்கும் பொழுது ஆட்டக்காரர்களின் கால்களிரண்டும் மேலேயே (In the air) இருக்கிறது என்று கொள்வோம். பந்தைப் பிடித்துக் கொண்டு கீழேகுதிக்கும்பொழுது, இருகால்களும் சேர்ந்தாற்

போல் தரையில் பட்டால் (Parallel with the first one), ஏதாவது ஒரு காலை நிலையானதாகவும், மறுகாலை நகரும் காலாகவும் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

எனவே, பந்தைப் பிடிக்கும்பொழுது, ஒருகால் மேலேயும் மறுகால் கீழேயும் இருந்து கடைசியாக எந்தக்கால் தரையில் படுகிறதோ அதுதான் நிலையான காலாகும். இரண்டு கால்களும் ஒரே நேரத்தில் சேர்ந்தாற்போல் தரையை மிதித்தால், எந்தக் காலையும் நிலையாக வைத்துக் கொள்ளலாம் என்பது அறிவதற்கு எளிதாகும்.

நிலையான காலையே மாற்றி நகர்த்திவிட்டால் அதற்கு 'அசைவு' (Moving) என்று பெயர். இன்னும் தெளிவாகப் புரிந்துகொள்ள — 'பந்தைப் பிடிக்கும் ஆட்டக்காரர் ஒரு எண்ணிக்கையில் நின்றால் இரு கால்களில் ஏதாவது ஒன்று நிலையான கால். இரண்டு எண்ணிக்கையில் நின்றால் கடைசியாகத் தரையில் பட்ட காலே நிலையானது என்று அறிக.

3. கைத்திறன் (Arm work)

கூடைப்பந்தாட்டத்தில் பந்துக்கும் கைகளுக்கும் அதிக உறவுண்டு. அதிக வேலையுண்டு. உயரமானவர்கள் ஆடுகின்ற ஆட்டம் (Tall men's game) என்று இது கூறப்படுகிறது. இந்த ஆட்டத்தில் கைத்திறனே அதிகமாகப் பயன்படுகிறது.

பந்தைத் தட்டிக்கொண்டு ஓடுவதற்கும் பாய்ந்து பந்தைப் பிடிப்பதற்கும், தூரயிருந்து வளையத்திற்குள் சரியாக பந்தை வீசுவதற்கும், தன் குழுவினருக்கு பல இக்கட்டான சூழ்நிலைகளில் பந்தை வழங்குவதற்கும் (கைமாற்றி அனுப்பல் Passing என்ற பகுதியில் விரிவாக காண்க) கைதான் உதவுகிறது.

எதிரி பந்துடன் முன்னேறும் பொழுது அவர்களைத் தடுக்க கையை நீட்டுதற்கும், வீசி அசைப்பதற்கும் அவர் தம் குறியை மறைப்பதற்கும், கால்திறனைப் போலவே கைத் திறனும் அவசியம் என்பதைக் கீழேவரும் தலைப்புக்களும் நன்கு தெளிவு படுத்தும்.

பந்தைக் கையாளுதல் (Ball Handling)

சிறிய பரப்புள்ள ஆடுகளத்தினுள் பந்து, பத்து பேர் களுடைய கைகளுக்கு இடையில் மணிக்கு 41 மைல் வேகத்தில் பறந்து செல்கிறது என்றால், ஆட்டத்தின் விறு



விறுப்புக்கு விநாடிக்கு விநாடி பந்து கைமாறுவதில்தான் இருக்கிறது என்பதுதானே பொருள்.

நொடியில் பந்து வருவதும் போவதும், அதை அடையக் கூடுவதும், ஓடுவதும், கண்ணும் கருத்தும் பந்தை நோக்கியே நாடுவதும் அதிகமாக இருக்க, பந்தைச் சுற்றியே ஆட்டம் இருப்பதால், முதலில் எவ்வாறு பந்தைக் கையாள

வேண்டும் என்பதையும் அறிந்துகொள்வதே ஆட்டத்தின் முக்கிய திறன் நுணுக்கமாகும்.

பந்தைப் பிடிக்கின்ற விதம், அதற்காக விரிந்து நிற்கும் விரல்களின் நிலை, பிடித்த பந்தை எறியவோ, அல்லது தரையில் தட்டிக் கொண்டு ஓடவோ அல்லது குழுவினருக்கு வழங்கவோ, தயாராக வைத்திருக்கும் முறை, பந்தைப் பெறுகின்ற முறை (Receiving) எல்லாம் அழகுற அமைய வேண்டும்.

“பந்து உன்னிடம் வரும் என்று காத்திராதே; அதை நாடி நீ செல்” என்பது பந்தைப் பெறுவதற்காகக் கூறப்படும் முதுமொழியாகும். பந்தைத் தேடி நாம் ஓட வேண்டும், பெற வேண்டும். இல்லையேல் மற்றவர்கள் அதைத் தங்களுக்கென உரிமையாக்கிக் கொண்டு முன்னேறத் தொடங்கி விடுவார்கள்.

ஆகவே, கைகளை நீட்டி விரல்களை விரித்து பந்தைப் பிடிக்க வேண்டும். முன்புறமாகக் கைகளை நீட்டி பந்து கைகளுக்கிடையே நன்கு அமருமாறு விரல்களை விரித்து, (அவரவர் பழக்கப்படி) ஒரு காலை முன்னே வைத்துப் பிடிக்கவேண்டும்.

வலது கையை அதிகமாகப் பயன்படுத்துவோர் இடது காலை முன் வைப்பார்கள். இடது கையை (Left handers) வெகுவாகப் பயன் படுத்துவோர் வலது காலை முன்வைப்பார்கள். உடலைத் தன்னிலைப்படுத்தித் திடமாக நிற்க வேண்டும். உள்ளங்கைகளில் பந்து விழுமாறு பிடிக்கக்கூடாது. ஏனெனில், வேகத்தோடு வரும் பந்து உள்ளங்கைகளில் பட்டுக் குதித்து ஓடி விடும். அதைத் தடுக்க விரல்களின் முன் தசைப்பாகங்களிலும் கட்டை விரல்களிலும் அமருமாறு அழுத்திப் பிடிக்க

வேண்டும். கவனமின்றிப் பிடித்தால், கைவிரல்கள் பந்துள் அழுந்தி வலியையும் சுளுக்கையும் ஏற்படுத்தும்.

பந்து வரும் திசையை நோக்கி நின்று, பந்தைப் பிடித்தல் நல்லது. ஆனல், விரைவுமிகுந்த இந்த ஆட்டத்தில் எல்லா தடவையிலும் நேரே நின்று வாங்குதல் எளிதன்று. அதற்காகப் பந்தைப் பிடிக்கும் முன்னர் எப்படி காலே முன் வைத்து வாங்குகின்ருேமோ. அதேபோல் வாங்கிய பின்பும் காலே பின்னுக்குத் திரும்ப எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இன்னும் பந்தை வாங்கியவுடன் இழுத்துத் தன் உடம்புக் கருகில் வைத்துக் கொள்வது நல்லது.

மேற்கூறிய முறை, மற்ற ஆட்டக்காரர்கள் ஓடி வந்து பந்தைத் தட்டிப் பிடுங்கிக் கொள்ளாதிருக்க உதவுகிறது. மற்றும் எறிவதற்கும், வழங்குதற்கும், தட்டிக் கொண்டு ஓடுவதற்கும் ஏற்ற முறையில் பந்தைத்தன் விருப்பம் போல் எறியவும் ஆடவும் இம்முறை பயன்படுகிறது. பந்து பக்கவாட்டில் வந்தாலும், நேராக வந்தாலும் முன்னுக்கு ஓடிப் பெறுவதே சிறந்த முறையாகும். இவை சிறந்த ஆட்டமும்கூட. இப்படி பெறுபவரின் ஆட்டம் சிறப் பாகவும் எழிலாகவும் அமையும்.

வழங்கல் அல்லது கைமாற்றி அனுப்பல் (Passing)

கூடைப் பந்தாட்ட ஆட்டக்காரர்களிடையே பந்தை கைமாற்றும் முறை, சிறப்பாகவும் வெற்றிகரமாகவும் அமைந்தாலொழிய, ஆட்டத்தில் வெற்றி பெறும் வாய்ப்பு அமைவது கடினமாகும். இல்லாவிடில், அந்த ஆட்டம் காண்பதற்கு கேலிக்கூத்தாக அமையும்.

தனியாளாய் பந்துடன் ஓடி, தானே வளேயத்தைக் குறி நோக்கி எறிவது மிகமிகக் கஷ்டம், ஆகவே, பந்தைக் கைமாற்றுதல் எளிதானல், எதிரிகள் தடுமாற்றம் அடைவ

துடன் நிலைமாற்றமும் பெறுவார். வெற்றி எண் பெறுவதும் எளிதாக வரும்.

ஏனெனில், பந்துடன் ஒரு ஆட்டக்காரர் முன்னேறு கிறார் என்றால், அவரைத் தடுக்கவும், முயற்சியைக் கெடுக் கவும், எதிர்க் குழுவினர் தயாராக இருக்கின்றனர். ஆகவே ஆட்ட விதிகளையும் மீறாது, எதிரிகளிடமும் திணறாது எளிதாக வளையத்திற்குள் பந்தை எறிந்து. வெற்றி எண்



பெற ஒரே வழிதான் உண்டு. அவ்வழியும், தனியாக வளையத்திற்குள் சுலபமாக பந்தை எறியும் வாய்ப்பை உடைய தன் குழுவினரைப் பார்த்து, சந்தர்ப்பமறிந்து பந்தைக் கைமாற்றி வழங்குதலேயாகும். இப்படிப் பந்தைக் கைமாற்றிக் கொள்ளும் பல்வேறு வழங்கு வழிகள் உண்டு. அவைகளைக் காணுவோம்.

(அ) முன் தள்ளி மாற்றல் (Push pass or Chest pass)

(Pass என்பதற்கு 'வழங்குதல்' என்றாலும் இங்கே 'மாற்றல்' என்றும் கொள்ளலாம்.)

ஏனைய மாற்றல் முறைகளைவிட, இந்த 'முறை' எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும்' எல்லா நிலைமைகளிலும்,

எல்லோராலும் எளிதாகப் பயன்படுத்தப் படுகிறது. மார்புக்கு நேராக வைத்திருக்கும் பந்தை, இரண்டு கைகளாலும் முன்னேக்கி வேகமாகத் தள்ள வேண்டுவது தான் 'முன் தள்ளி மற்றல்' என்று கூறப்படுகிறது.

பந்தை முன்னேக்கித் தள்ளும் பொழுது, சம அளவில் இருக்கும் இருகால்களில் ஒன்றை எடுத்து முன்னல் வைத்து, உடலை முன்னேக்கித்தள்ளி கைகளைப் பந்தோடு மார்புக்கு முன்னே இருத்தி வேகமாக முன்புறம் தள்ள வேண்டியது தான் சரியான முறையாகும்.

(ஆ) மேலாக மாற்றல் (Over the Shoulder pass)

தூரத்திலிருந்து பந்தை எறிவதற்கும், வேகமாகவும் வலிமையாகவும் தன் குழுவினரை நோக்கி எறிந்து மாற்று வதற்கும், இந்த மாற்று முறை நன்கு பயன்படக் கூடியதாகும்.

பந்தைத் தோளுக்குமேல் வலது காதுக்கு அருகாமையில் கொண்டு வந்து, சிறிது உயர்த்தி பின்புற மாகக் கொஞ்சம் கொண்டு சென்று, பின்னர் முன் நோக்கி வேகமாகத் தள்ளவேண்டும். (இடது கையர்களுக்கு இதே போல் இடது பக்கம் செய்ய வேண்டும்.)

பந்து கையை விட்டுச் சென்ற பிறகும் பந்தை தொடர்ந்து செல்வது போல், கடைசி வரை கை நீட்டப் படவேண்டும். அப்பொழுது தான் பந்து விரைவாகச் செல்லும். அந்த நிலையில் 'அங்க அசைவுகளும் (Bodily Movements) ஆட்டமும் காண்பதற்கு அழகாய் இருக்கும்.

பந்தைத் தோளுக்குமேல் வைத்திருக்கும் பொழுது, மறு கையையும் அதற்கு ஆதரவாக வைத்துக்கொள்ளலாம்.

ஆனல் எறிகிற நேரத்தில் ஒரு கையால் எறிவதே எளிதாகவும், எழிலாகவும் இருக்கும். ஒரு காலை முன்புறம் இருத்தி எறிவதால், பந்து விரைவாக செல்லும், காலை முன்னல் வைப்பதால், உடலின் எடை இரண்டு கால்களிலும் சமமாகப் பிரிக்கப்பட்டு திடமாக நிற்கவும், பந்தை எறியவும் எளிதாக உதவுகிறது.

(இ) இருகை கீழ் மாற்றல் (Two hand under hand pass)

இடுப்பளவு இருக்கும் நிலையில் இருகைளாலும் பந்தைப் பிடித்துக் கொண்டு, பின்னர் முன்புறமாகக் கொண்டு வந்து பந்தை முன் தள்ளி அனுப்புவதற்கு, இரு கையால் கீழாக மாற்றுதல் என்று பெயர்.

எதிர்க் குழுவினர் முன் பக்கமாக சூழ்ந்து கொண்டு, முன்னும் பின்னும் பந்தைத் தரையில் தட்டி ஓட இடமளிக்காத நெருக்கடியான வேளையிலும், முன்னேற வாய்ப்பில்லாத நேரத்திலும், இவ்வாறு பந்தைக் கீழாகக் கொண்டு வந்து, தன் குழுவினருக்குக் கை மாற்றித் தரப் பயன்படுகிறது. மிக அரு[illegible] குழுவினருக்கும், அதிக தூரமில்லாத இடை தூரத்தில் நிற்பவருக்கும் சீக்கிரமாகவும், எளிதாகவும் பந்தை மாற்ற இம் முறை பயன்படுகிறது.

இதனல் பந்தை மாற்ற முடியுமே தவிர எறியமுடியாது. எறிந்தாலும் அது பெரும்பாலும் தன் குழுவினருக்குப் பயன்படாமலும் போகலாம். மற்றவர்களுக்கு பந்து கிடைக்கவும் செய்யலாம். இவ்வாறு, கீழாகப் பந்தைக் கை மாற்றும்பொழுது, ஒரு காலை முன்னல் எடுத்து வைத்துத் தான் மாற்ற வேண்டும்.

(ஈ) ஒரு கை கீழ் மாற்றல் (One hand under hand pass)

இந்த முறையும் முன்னல் கூறியது போலத் தான். ஆனல், இதில் ஒரே ஒரு வேறுபாடுதான் உண்டு. இருகைக்

கீழ் மாற்றலில் பந்து கை மாறிய பிறகும், இரண்டு கைகளும் பந்துடன் சென்று, நீண்டு நிற்கும். ஒரு கைக் கீழ் மாற்றலில் பந்து, இரு கைகளாலும் இடுப்பளவில் பிடிக்கப்பட்டு, எறியும் நிலைவரை கூடவந்து, பின்னர் ஒரு கை மட்டும் பந்துடன் தொடர்ந்து வந்து நீண்டு நிற்கும்.

(உ) துள்ளு முறை மாற்றல் (Bounce Pass)

பந்தை நேராக எறிந்தோ அல்லது முன்னால் தள்ளியோ கைகளுக்கு மாற்றித் தராமல், தரையில் மோதித் துள்ள விட்டு, தன் குழுவினருக்கு சரியாக சேரும் வகையில் மாற்றுதல்தான் 'துள்ளு முறை மாற்றல்' எனப்படும். மற்ற எல்லா வகை மாற்றங்களும் எதிர்க் குழுவினரிடத்தில் செல்லுபடியாகாத பொழுது, ஏதும் செய்ய முடியாத நிலையில், பந்தைக் கீழே அடித்து, அது துள்ளி மேலே வரும் பொழுது, தன் குழுவினரைப் பிடித்து எடுத்துக்கொள்ளச் செய்யும் முறையே இந்த முறை.

மார்புக்கும் (Chest) கீழே தாழ்ந்த அளவில் இரு கைகளாலும் பந்தைப் பிடித்து, தரையில் மோதித் துள்ள விட்டு, கை மாற்றுதலே சரியான முறை. உயர்ந்த அளவிலே வைத்துப் பந்தைக் கீழே அடித்துக் குதிக்கவிட்டுக் கை மாற்றினால், என்ன என்று கேட்கலாம். மேலேயிருந்து கீழே விழுகின்ற ஒரு பந்தானது, கொஞ்சம் உயரமாக எழும்பிக் குதிக்கத் தானே செய்யும்! அப்பொழுது எதிர்க் குழுவினர் ஓடி வந்து, பந்தைப் பிடித்துக் கொள்ளக்கூடிய சந்தர்ப்பத்தை நாமே அளித்தவராகின்றோமே!

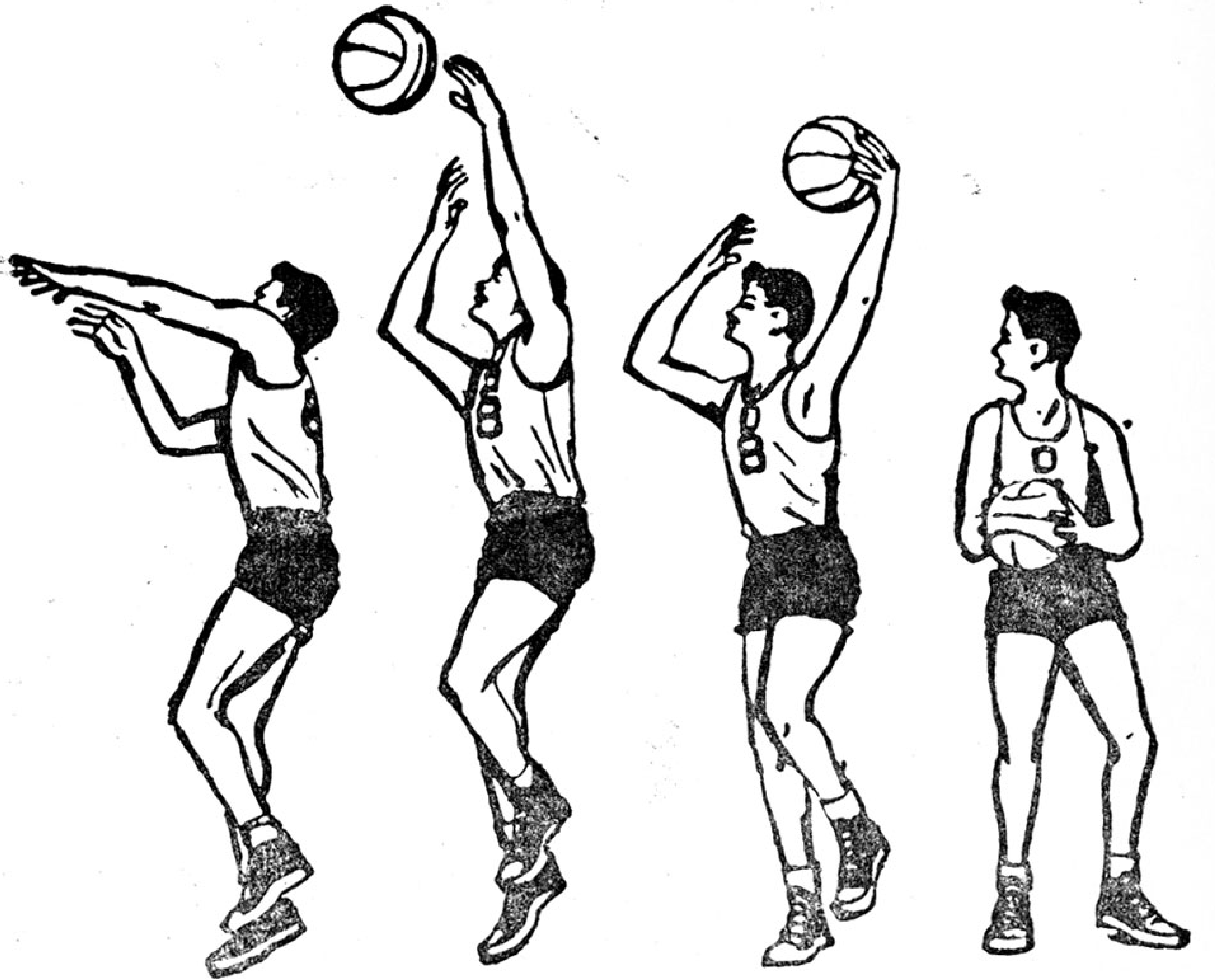
அதற்காகவே குறைந்த அளவில் உயரம் இருந்தால், குறைந்த அளவே பந்தும் உயரும். இன்னும் உயரே எழும்பி வருகிற பந்தைப்பிடிக்கக் காலதாமதமும், அப்படிப் பிடித்து விட்டாலும் எதிர்க் குழுவினர் நம்மைத் தடுக்கத் தயார் செய்து கொள்ளவும் இடமளிக்கிறோம். ஆகவே, குறைந்த

அளவு உயரம் வைத்து, பந்தை அதிகம் உயராமல் துள்ளச் செய்யும் முறை, விரும்பி ஏற்றுக்கொள்ளப்படுவதாகும்.

'இருகைக் கீழ்மாற்றல்' போல இந்தத் துள்ளு முறை மாற்றல் தொடங்கி, பந்தை எறிவதற்குப் பதிலாக தரையில் மோதித் துள்ளவிட வேண்டும்.

(ஊ) கொக்கி மாற்றுதல் (Hook Pass)

முன்னே தடுத்து நிற்போர் கைகளுக்கு எட்டாதவாறு பந்தை ஒரு கையால் உயரே தூக்கி, அருகிலே நிற்கும் தன்னுடைய குழுவினருக்குக். கையைக் கொக்கி போல வளைத்து, பந்தை மாற்றுகின்ற முறையே கொக்கி மாற்ற



லாகும். கையைப் பந்துடன் வளைக்கும்பொழுது கொக்கி போல் இருப்பதால் இப்பெயர் பெற்றிருக்கலாம். இம்முறை, மேலாக மாற்றலைப் போல் அமைந்திருக்கிறது.

மேலாக மாற்றும் முறையானது, தூரத்தில் இருப்பவர்களுக்குப் பந்தை எறிந்து கொடுக்கப் பயன்படுவதாகும். கொக்கி மாற்றல் முறை மிகவும் அருகாமையில் உள்ள தன் குழுவினருக்குக் கை மாற்றித் தர உதவுகிறது.

பந்தை மாற்றி (Pass) ஆடுகின்ற முறைகளில் மேற் கூறியவைகள் எல்லாம் முக்கியமானவைகளாகும். ஆட்டத்தைத் தொடர்ந்து ஆடும்பொழுது. மேற்கூறப்பட்ட மாற்று முறைகள் எளிதாகவும். சரியாகவும் வரக்கூடும். இத்தகைய மாற்று முறைகளில் சிறந்தால். சிறந்த ஆட்டக்காரராக மாறலாம். அதிகப் பயிற்சியினுல் இன்னும் புதிய மாற்று முறைகளும் தோன்றக்கூடும். பெறுக பயனடைக என்று வாழ்த்துகிருேம்.

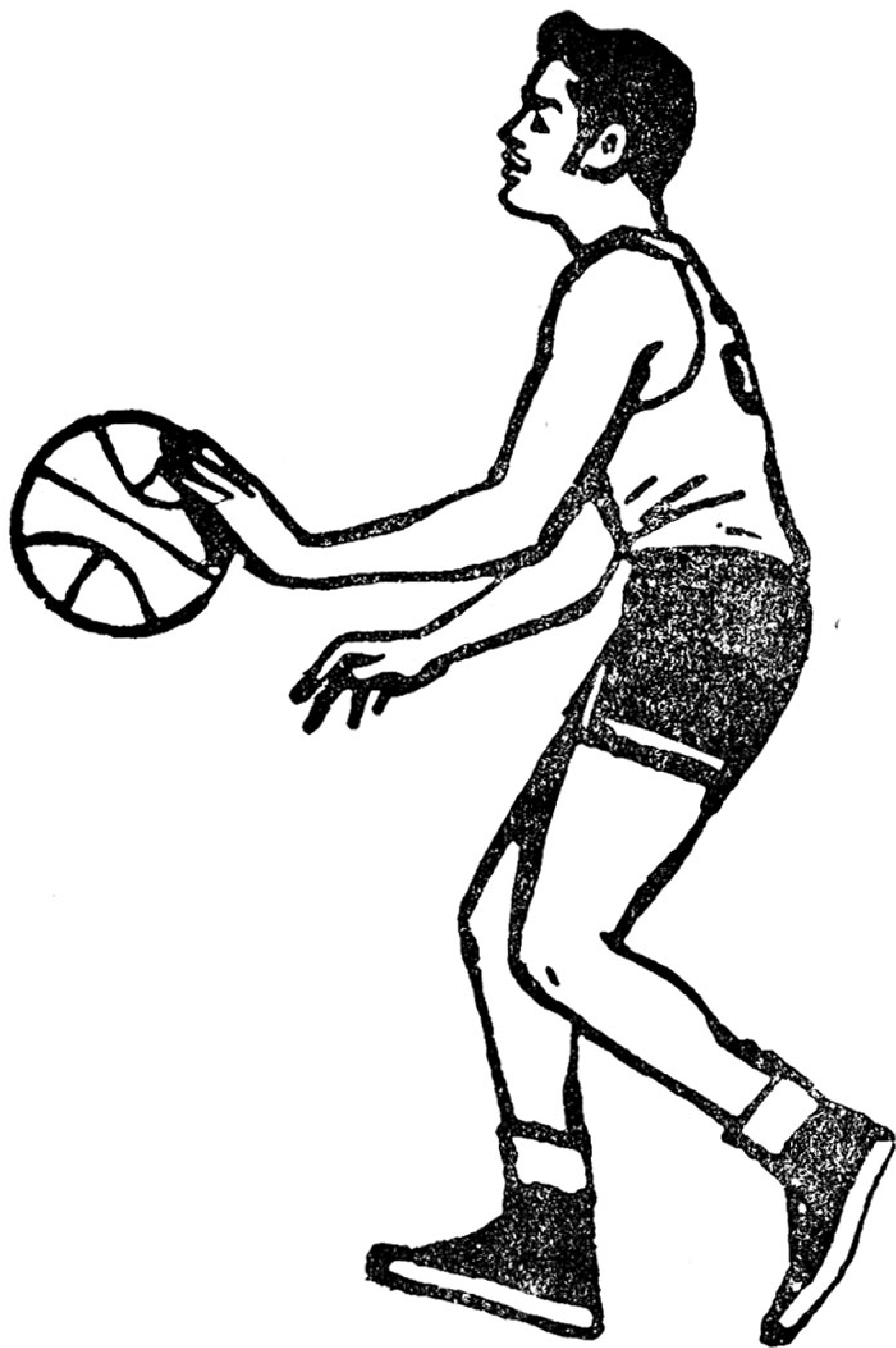
பந்துடன் ஓடல் (Dribbling)

இதுவரை கூறிவந்த திறன் நுணுக்கங்கள் எல்லாம் ஆட்டக்காரர்கள் பந்தைத் தங்கள் கட்டுப்பாட்டில் (Control) கொண்டு வருவதற்கு உதவி செய்வதாகும். இனி, பந்து கைவசம் இருக்கும்போது, உடலை, உடல் அசைவை, எவ்வாறு கட்டுப்படுத்தி வைக்க வேண்டும் என்ற முறையை அறிந்து கொள்வதும் சாலச் சிறந்ததாகும்.

பந்துடன் முன்னேறிச் செல்வது என்றுல் பந்துடன் நடப்பதல்ல. ஓடுவதும் அல்ல; பந்தைத் தரையில் தட்டி அது துள்ளி மேலே எழும்போது,மீண்டும் தட்டிக்கொண்டே முன்னேறுவதுதான். அப்படி வேகமாக ஓடும்பொழுது பந்தும், நம் நினைவுப்படி நெளிந்து கொடுக்கும் உடலும். நம் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் இருந்தால்தான் பந்துடன் ஓடமுடியும்.

பந்தைத் தட்டிக்கொண்டு ஓடுதல், முதன் முதலில் எளிதன்று. நம் கையிலுள்ள மணிக்கட்டின் வலிவுடன் விரிக்கப்பட்ட விரல்களால்—உடலை சிறிது தரையை நோக்கி

குனிந்தவாறு வளைத்து — முழங்கால்களிரண்டையும் விறைப்பாக இல்லாமல் தளர்ந்த நிலையில் வைத்து (சாதாரணமாக இருக்கு நிலையில்) பந்தை வேகமாக அடிக்காமல், மெதுவாகத் தரையில் விழுமாறு பந்தின் தலைப்பாகத்தில்



(கீழ்நோக்கி)விழுமாறு தட்டி—பந்து மேலே கிளம்பித் துள்ளி வரும்போது மீண்டும் மெதுவாகத் தட்டி, மீண்டும் மீண்டும் இதேபோல் தட்டிக்கொண்டு நடப்பதும். ஓடுவதும் தான் பந்துடன் ஓடல் அல்லது முன்னேறுதல் எனப்படும்.

நல்ல பழக்கமும், தெளிவும் இதில் ஏற்பட்ட பிறகுதான் பந்தை வேகமாகத் தட்டிக்கொண்டு ஓட வரும்: பின்னர் விரைவாகத் தட்டிக் கொண்டு ஓடும் பழக்கம் வந்த பிறகு எதிரிகள் தடுக்க வந்தால், அவர்களை ஏமாற்ற வளைந்து வளைந்து ஓடவும், பந்துடன் சுற்றி சுற்றி வரவும் திறமையை ஏற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். இதற்குப் பயிற்சியும், பழக்கமும்தான் உதவுமேயன்றி, புத்தகங்களைப் படிப்பதால் மட்டும் வராது.

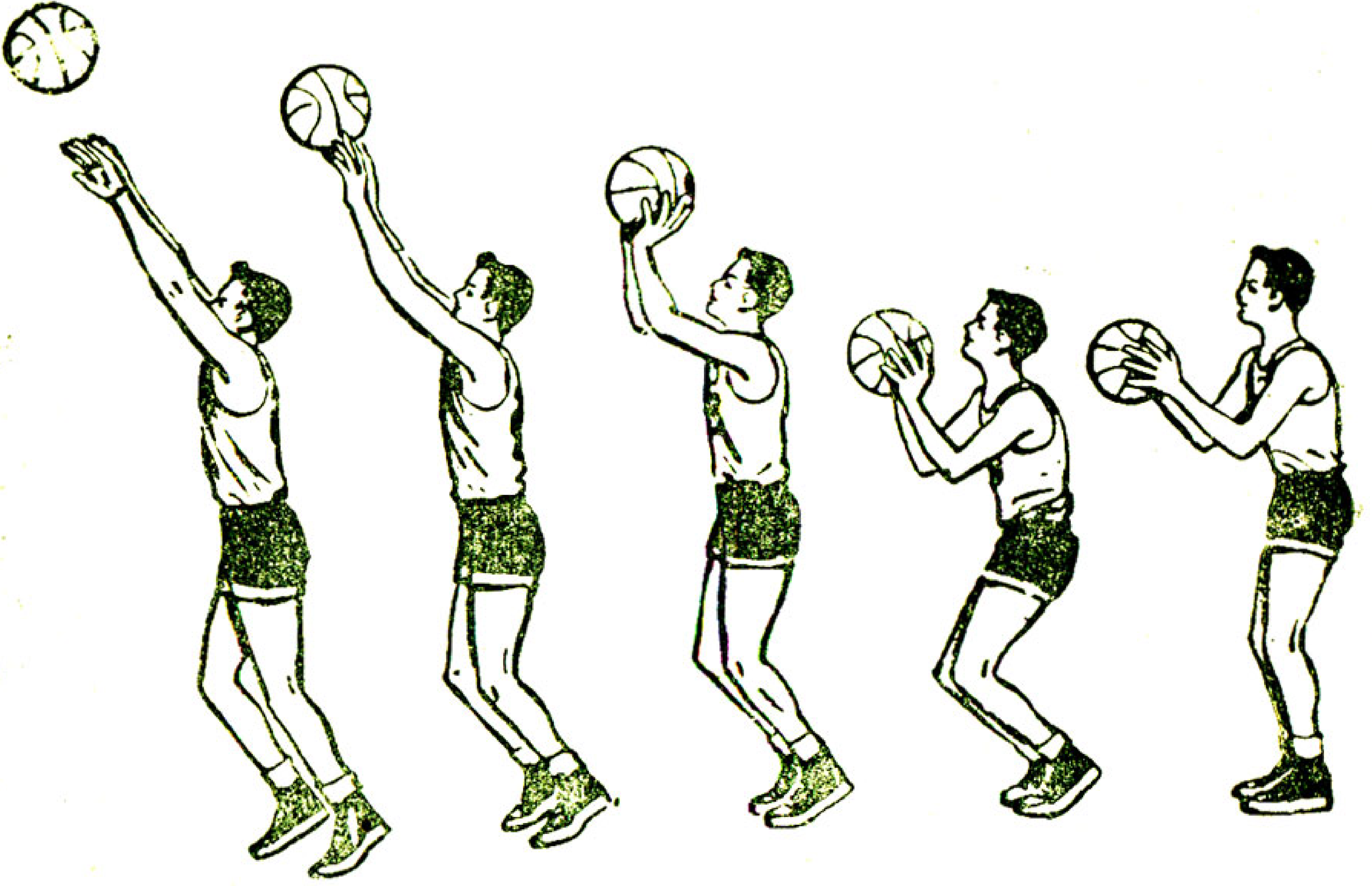
இப்படித் தட்டிக் கொண்டு ஓடும் பொழுது. நாம் எந்தப் பக்கமாக ஓடப் போகின்றோம் என்று எதிரிகள் உணர முடியாதவாறு, இடத்தைப் பார்த்துக் கொள்வதும், சாடையாக ஆட்களைப் பார்த்துக் கொண்டு அதற்கேற்ற வாறு வளைந்து ஓடுவதும் பலநாள் ஆட்டப் பயிற்சிக்குப் பிறகே வரக்கூடிய கலையாகும். நம் உடலுக்கு அருகிலேயே வைத்துப் பந்தைத் தட்டாமல், நமக்கு சௌகரியமான தூரத்தில் பந்தை இருத்தி தட்டுவது,எளிதாகவும் வசதியாக வும் இருக்கும். இந்த ஆட்டத்தில் இது முக்கிய திறனாகும்.

குறியோடு எறிதல் (Shooting)

எல்லாத் திறன் நுணுக்கங்களும் இந்த ஆட்டத்தில் இன்றியமையாதனவாக இருந்த போதிலும், இறுதியில் ஆட்டத்திற்காக 'வெற்றி எண்'களைப் பெறும் வாய்ப்பைத் தருவது பந்தைக் குறியோடு வளையத்திற்குள் எறிவதாகும். குழுவினருடன் இணங்கி, ஒத்துழைத்துக் கூட்டுறவாக ஆடுகின்ற மற்றத் திறன்களை விட (Skills), குறியோடு எறியும் திறனைத் தனியாகவே இருந்து பழகிக் கொள்ளல் எளிது (Practice).

எல்லோரும் பந்தை உருட்டலாம், எறியலாம், ஓடலாம். ஆனால் பந்தை வளையத்திற்குள் எறிவதற்கு ஒரு தனித் திறமை வேண்டும். அழகாக ஓடினால் மட்டும்

வெற்றி எண் வராது. அழகாக வளையத்தினுள் பந்தைப் போட்டால் தான் வெற்றி எண் பெற்று வெற்றி பெற



முடியும், இந்தத் திறமையை அதிகப் பழக்கத்தாலும், அனுபவத்தாலும் தான் பெற முடியும்.

வளையத்திற்குள்ளே பந்தை எறிகின்ற முறையை முக்கியமாக 'மூன்று' நிலைகளில் கணக்கிட்டிருக்கிறார்கள்.

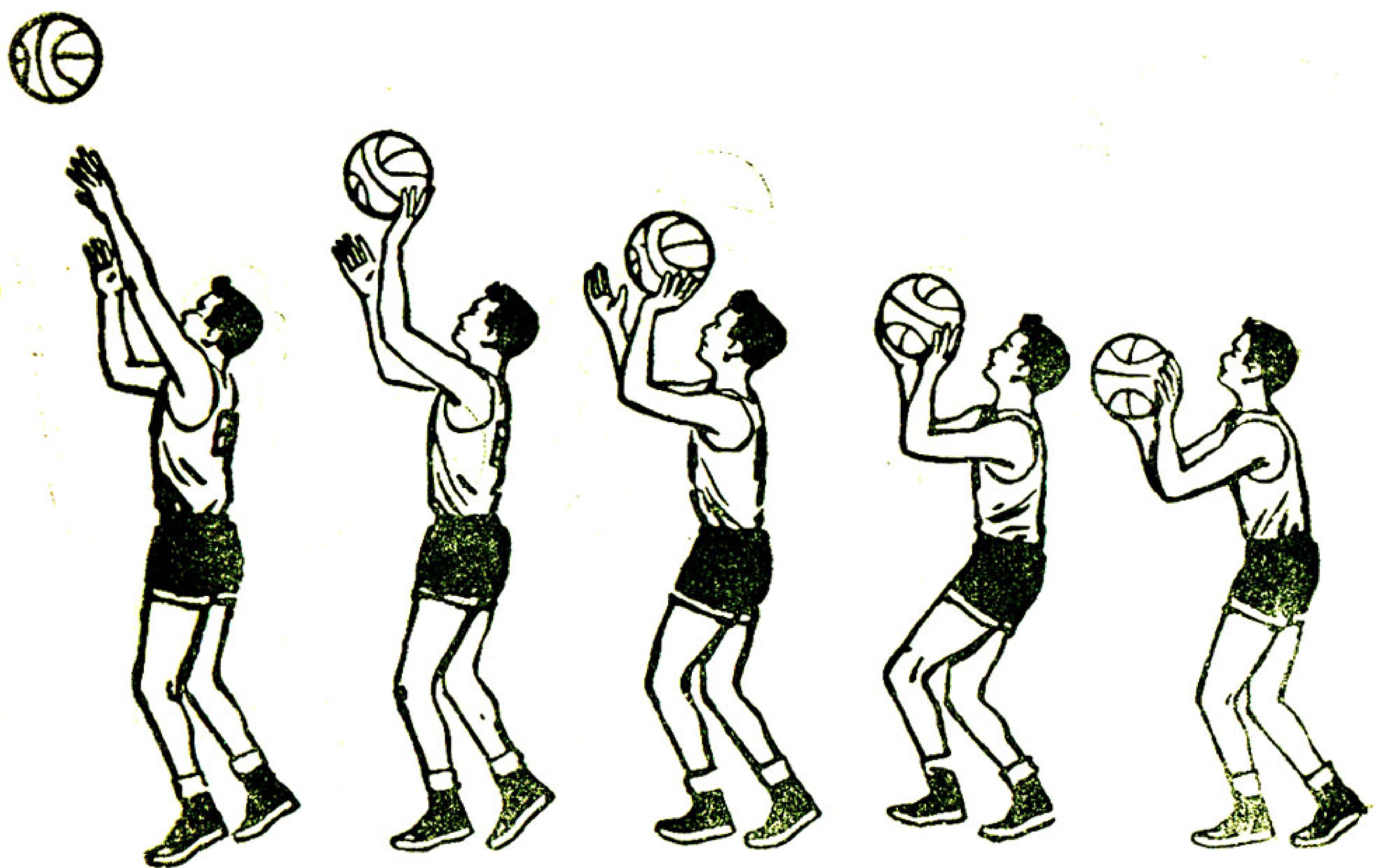
1. வளையத்திற்கும் - எறியும் இடத்திற்கும் 12 அடி தூரம் இடைவெளியும், அதற்கும் அருகிலுள்ள தூரமும்.

2. 12 அடியிலிருந்து 24 அடி தூரம் வரையிலுள்ள இடை நிலைத் தூரம் (Medium Distance).

3. 24 அடிக்கு அப்பாலிருந்து எறியும் தூரம் (Long Distance).

பந்தை வளையத்திற்குள் எறியப் பல வித முறைகள் உண்டு. அவைகளில் முக்கியமானவைகள் கீழே தரப் பட்டிருக்கின்றன.

1. பந்தை இரு கைகளாலும் மார்புக்கு நேராகப் பிடித்திருந்துப் பின்னர் வளையத்தை நோக்கி நேரே முன் தள்ளி எறிவது (Chest Shot or Push Shots);

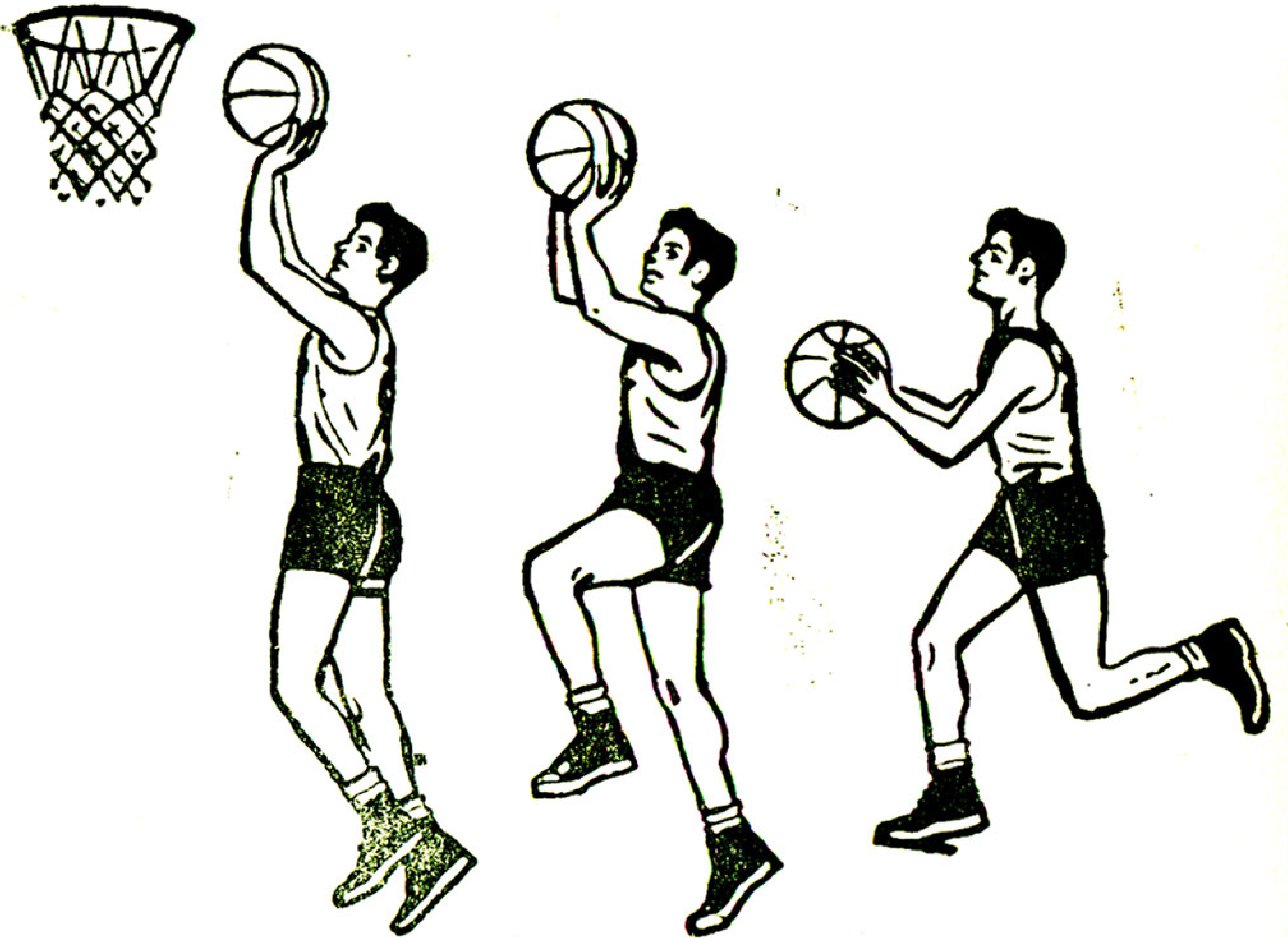


2. ஒரு கையால் பந்தைத் தலைக்கு முன்பு உயரமாகத் தூக்கிக் குறி பார்த்து எறிவது (one hand Push Shot);

3. வளையத்திற்குக் கீழே கொஞ்சம் தள்ளி நின்று, ஒரு கையாலோ அல்லது இரு கைகளாலே பந்தை எறிதல் (Lay up Shot or under hand Basket);

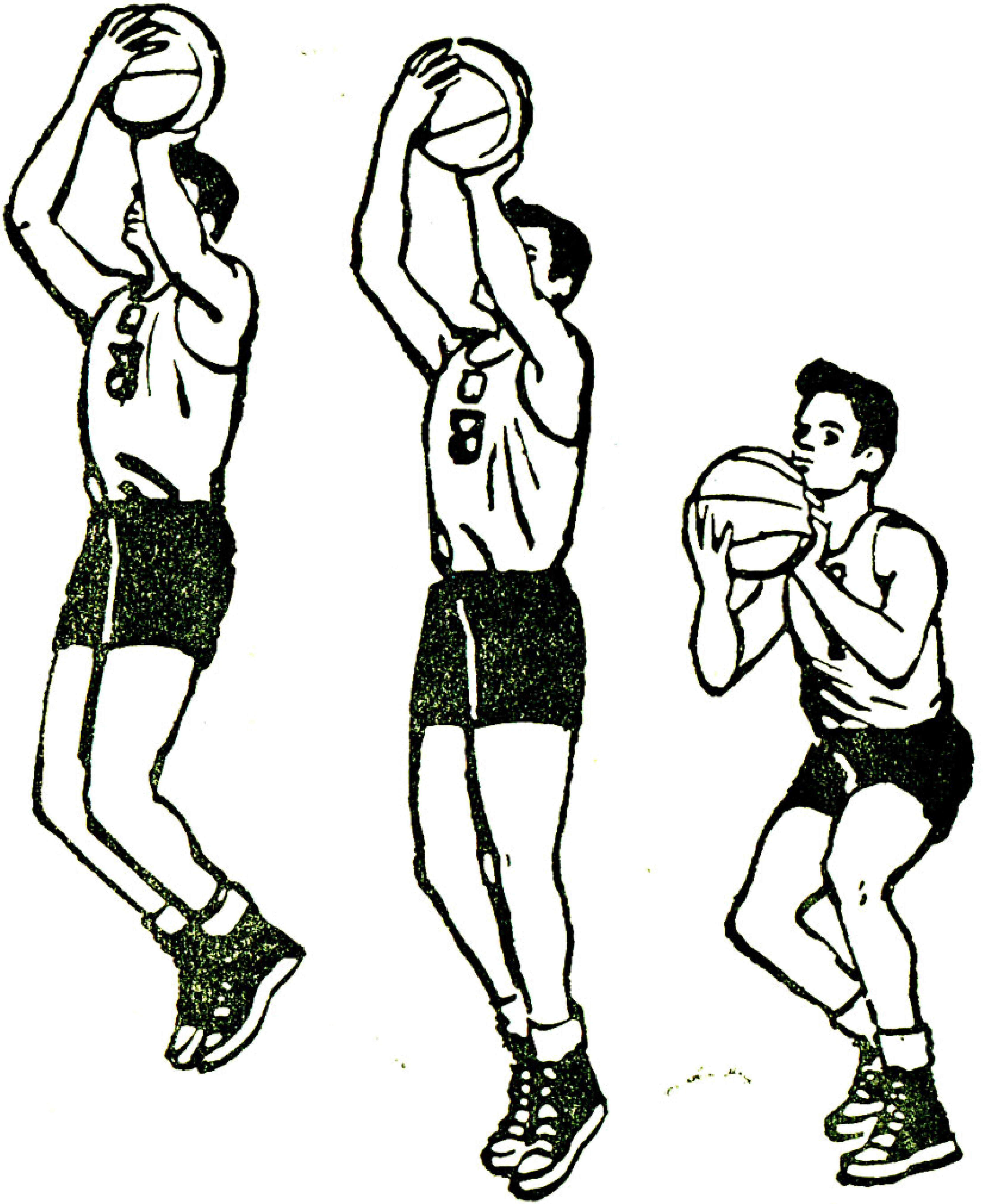
4. கையில் பந்தை எடுத்துப் (முதுகுப் புறம்) பின் புறமாகக் கொண்டு சென்று கையை வளைத்தபடி பந்தை கைகளைக் கொக்கி போல் வைத்த வண்ணம் எறிதல் (Hook Shot);

5. தலைக்கு மேலே இரண்டு கைகளாலும், பந்தைப் பிடித்து உயர்த்தி அப்படியே பந்தை வளையத் திற்குள் எறிதல் (Over hand Shot);



6. பந்தோடு சிறிது உயரே தாவி மேலே (in the air) நொடி, நேரம் நின்று, உடலைக் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டு (Body under Control), பின்னர் வளையத்திற்குள் எறிதல் (Jump Shot);

இன்னும் குறியோடெறியும் விதங்களில் 'தனி எறி'யையும் நாம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். தனி எறியினுல் வெற்றி பெற்ற குழுக்கள் எத்தனேயோ உண்டு. இறுதி நேரத்திலும், சில இக்கட்டான நேரத்திலும், இரு குழுக்களும் சம வெற்றி எண்கள் பெற்றுள்ள நேரத்திலும், 'தனி



எறி' கை கொடுத்து உதவிக் கரையேற்றுவதும் உண்டு. ஆகவே, குறியோடெறியும் திறனில் நிறைவோடிருப்பவரே ஆட்டத்தில் புகழ் பெற முடியும்.

காவல் முறை (Defense)

இது வரை பந்துடன் முன்னேறி, வளையத்திற்குள் எறிந்து, வெற்றி எண்களைப் பெறும் வழிகளைக் கண்டோம். முன்னேறி நாம் செல்வது போல், காவலைக் கடந்து செல்ல வழியமைத்து வெற்றி எண் பெறுவது போல, எதிரிகளும் நாம் காக்கின்ற வளையத்தை நோக்கி முன்னேறி வருவார்கள். அந்த நேரத்தில் நம் எல்லையை எப்படிக் காவல் செய்வது, அவர்களை எவ்வாறு தடுத்து நிறுத்துவது என்பதையும் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

முன்னேறிச் செல்லும் வழிகளால் பாதி ஆட்டத்தை வென்று விடலாம். மீதியை? அதற்கும் நம்மை ஆயத்தப் படுத்திக் கொள்வது நம் கடமையல்லவா?

வளையத்தை நோக்கிக் குறியோடெறியும் எல்லாப் பந்தும் விழுந்து வெற்றி எண்களைத் தந்து விடுமா? தராது. குறி தவறி வளையத்தில் பட்டும், பலகையில் (Board) பட்டும் எதிர்த்துத் திரும்பும். அந்தப் பந்து திரும்பியும் எதிர்க் குழுவினரின் கையில் கிடைத்து விட்டால், அது நமக்கு எதிராக வெற்றி எண்களைப் பெற்றுத் தரலாம். அல்லது வெற்றி எண்ணைப் பெறுவதற்குரிய வாய்ப்பையும் அவர் களுக்குத் தந்து விடலாம்.

ஆகவே, அது போல வாய்ப்புக்களை நாம் அவர்களுக்கு இயன்ற வரை தரக் கூடாது. நாம் எந்த வினாடியும் அந்தப் பந்தைப் பிடிப்பதற்குத் தயாராக இருக்க வேண்டும். அதற்கான 'முன்னறியும் பண்பை' (Anticipation) வளர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். இவ்வாறான முன்னறியும் பண்பால் முந்திக் கொள்ளும் திறனை ஆடிப் பழகும் அதிகப் பயிற்சியால் தான் பெற முடியும்.

அதனால், முன்னேறி வரும் எதிரிகளைத் திட்டம் போட்டு முக்கியமான இடத்திற்குள் நுழைய விடாதபடி தடுத்து

நிறுத்தி விட வேண்டும். வளையத்திற்கு அருகில் எதிர்க் குழுவினரில் எவரையும் தனியாகக் குறி பார்த்து விடக் கூடாது. அந்த நிலையை எப்பொழுதும் நாம் அனுமதிக்கக் கூடாது.

இப்பொழுது முக்கியமான இரண்டு காவல் முறைகளை மட்டும் இங்கு காண்போம்.

தடுக்கும் குழுவினர் ஐவரும் (Defense Team) தங்களுக்குரியதான இடங்களில் நின்று கொண்டு எதிர்க் குழுவினர் பந்துடன், வளையத்திற்கு அருகில் குறி பார்த்து எறியாதவாறு பார்த்துக் கொள்ள, கைகளை வீசியும், அசைத்தும், குறியை மறைக்க முயற்சிக்க வேண்டும். அவர்கள் தூரத்தில் இருந்து பந்தை எறிவதைப் பற்றி நமக்குக் கவலையில்லை.

அருகில் வந்து எளிதாகப் பந்தை எறிவதற்கு இடமே தரக் கூடாது. நம் பொறுமையைச் சோதித்துக் கோபத்தைக் கிளப்பும் வகையில் அவர்கள், அவர்களுக்குள்ளே பந்தைக் கை மாற்றிக் கொண்டு (Pass) இருந்தாலும், நாம் பொறுமையை இழந்து ஏமாந்து போகக் கூடாது. இதைத் தான் நாம் **எல்லைக் காவல்** (Zone Defence) என்று கூறுகின்றோம்.

இரண்டாவது காவல் முறை இன்னும் வலிமையுடையது. எதிர்க் குழுவில் உள்ள சிறந்த ஆட்டக்காரரைத் தடுக்கும் குழுவினரில் ஒருவர் எப்பொழுதும் பின் பற்றிக் கொண்டேயிருக்க வேண்டும். இன்னும், அதில் உள்ள ஐவருக்கும் இவர்கள் ஐவரும், **ஒருவருக்கு ஒருவர்** என்று (Man to Man) காவல் செய்யும் நிலைமையும் ஏற்படும். தான் காக்கின்ற ஒரு ஆட்டக்காரர் ஆடுகளத்திற்குள் எங்கு சென்றாலும், அவரைப் பின் பற்றியே செல்வதைத் தான் **தனியாள் காவல் முறை** (Individual Defence) என்று கூறுகிறார்கள்.

(மற்ற காவல் முறை நுணுக்கங்களை ஆட்டத்தில் கலந்து ஆடி உணர்ந்து கொள்க).

காவல் காக்கும் முறையிலே தனிப்பட்ட ஆட்டக்காரர்கள் தங்களுக்குரியத் தடுக்கும் பணியைத் திறம்பட ஆற்றுவதில் தான் வெற்றியின் ரகசியம் அடங்கியிருக்கிறது. தடுக்கும் வழியில் கவனிக்கப் பட வேண்டிய சில விதிகளை இங்கு காண்போம்.

எந்த நேரத்திலும், எந்தத் திசையிலும் எந்தப் பக்கமும் நகர்வதற்கும் ஓடுவதற்கும் தயாராக, தடுப்பவர் தங்களை வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கால்களை அகலமாக விரித்தபடி நிற்காமல், குறுகிய இடைவெளி கொண்டுதான் நிற்க வேண்டும். முன்னேறுவோர் குறி பார்க்காதவாறு தடுக்க வேண்டும். கைகளிரண்டையும் பக்கவாட்டில் அகல விரித்தும், அசைத்தும், தலைக்கு மேலே உயர்த்தியும், ஒரு கை மேற் புறமும், மறு கை பக்கவாட்டிலும் அசைத்த வண்ணமிருந்து, சமயம் பார்த்து மேற் கூறிய வழிகளில் ஒன்றைப் பின் பற்றித் தடுக்க வேண்டும்.

தடுக்க வேண்டும் என்ற குறிக்கோளையே எண்ணி, எதிர்க் குழுவினரின் வழியைத் தடுக்கவோ, மறைக்கவோ, ஆளை இடிக்கவோ, முரட்டுத் தனமாகப் பந்தைத் தட்டுவது போல் ஆளைத் தள்ளவோ, அடிக்கவோ முயலக் கூடாது. மூன்றடித் தூரம் எட்ட இருந்தே தடுக்கும் முயற்சியில் ஈடுபட வேண்டும்.

இன்னும், கைத் திறன் பயன்படுவது போல கால் திறனையும் அதிகமாகக் கவனித்து உபயோகிக்க வேண்டும். எனவே, காவல் செய்து தடுக்க வேண்டும் என்ற ஆவலில் கட்டு மீறி செல்லாது, கடமையை நினைத்து, விதி வழி நடந்து ஆடுவதே, பெருமையையும் புகழையும் தரும். அதுவே ஆட்டத்தால் நாம் பெறுகின்ற பயன் என்பதையும் நாம் உணர வேண்டும்.



தோற்றம்

கைகளினுல் அடித்து விளையாடுவதால் இதைக் கைப்பந்தாட்டம் என்கிறோம். இதைச் சிலர் 'கையுறைப் பந்து' என்றும், வலைக்கு (Net) மேலே உயரத்தில் பந்தை இருத்தி ஆடுவதால் 'உந்து பந்து' எனவும் கூறுகின்றனர். தெளிவாகவும் எளிமையாகவும் இருக்க, 'கைப்பந்தாட்டம்' என்றே நாம் கொள்வோம்.

கைப்பந்தாட்டமும் அமெரிக்காவின் ஒரு அரிய படைப்பாகும். 'உழைப்பிற்கும் உற்சாகத்திற்கும், உடல் வலிவிற்கும், பொலிவிற்கும் ஊக்கம் தருவது உடற் பயிற்சியே' என்ற உண்மையை உணர்ந்த அமெரிக்கர்கள், விளையாட்டிற்கு முதன்மையான இடம் அளித்தனர்.

விளையாட்டைப் பல வழிகளிலிருந்தும் பெற்றுப் பயன் பெற விழைந்தனர். வாழ்க்கை வளமுள்ளதாக இருக்கச் செல்வம் மட்டும் போதாது. உடல் கல்லாகவும், உள்ளம் மலராகவும் இருக்க உடற்பயிற்சியே துணை' என்று

விளையாட்டை ஏற்றினர். போற்றினர். விளையாட்டுத்துறை எனும் வானிலே, புதிய புதிய விளையாட்டு விண்மீன்கள் தோன்றி பயன் எனும் ஒளி வீசித் திகழ்ந்தன.

அவைகளிலே விடிவெள்ளி போன்று விளங்குவதுதான் கைப்பந்தாட்டமாகும். 'பலனும் பயனும் தம்மைப் பின் தொடருவோருக்கு என்றும் கிட்ட வேண்டும் என்பதே ஆட்டங்களின் தலையாய நோக்கம். இந்த அடிப்படையில் தான் கைப்பந்தாட்டம் தன்கடமையாற்ற அமெரிக்காவிலே தோன்றியது.

செல்வத்திலே புரளுகின்ற மக்களுக்கு உள்ளம் மென்மையாக இருக்கிறதோ என்னவோ, உடல் மென்மையாகத்தான் இருக்கும். அவர்கள் கடுமை நிறைந்த உழைப்பைக் கண்ணெடுத்தும் பாரார். கனவில் கண்டாலும் உடனே விழித்துக் கொள்வார். ஏழைநாட்டுச் செல்வர்களே இப்படியென்றால், செல்வம் கொழிக்கும் சீமையில் வாழும் செல்வர்களைப்பற்றி நாம் சொல்ல வேண்டியதேயில்லை.

ஏதோ பொழுதைக் கழிக்க வேண்டுமேயென்று 'உடற் பயிற்சி உள்ளுறை கூடத்திற்கு' (Gymnasium) வந்து போகலாமே என்று வருபவர்கள்; அவ்வாறு சிந்தையில் தோன்றிவிட்ட எண்ணத்தை ஏமாற்றக் கூடாது என்ற பெருந்தன்மையுள்ளத்தோடு வருகை தருபவர்கள்; விட்ட குறை தொட்ட குறைபோல, விளையாட்டிலே தன்னை அறியாமல் ஒரு உற்சாகம் கிளம்பி விடவே, ஆட்டத்தை ஆடவேண்டும் என்ற விருப்பத்தால் வரத்தொடங்கி யவர்கள் இவர்கள் எல்லாம் ஒன்று சேர்ந்தனர்.

''விளையாட்டினால் உற்சாகம் வரவேண்டும். ஆனால் அதிக உழைப்பும் களைப்பும் நமக்கு வரக்கூடாது. அதுதான் நமக்கு அன்றைய முக்கியத் தேவை'' என்று பேசி, முடிவும் கட்டி விட்டனர். இதை அறிந்தார் ஒருவர். தன்னுடைய

உடற்பயிற்சி உள்ளுறைக் கூடத்தின் அங்கத்தினர்களில் பாதிக்கு மேல் இளமை கழிந்தவர்களாகவும் (வயோதிகர்கள்), நடுத்தர வயதினர்களாகவும் (Middle aged Men) இருப்பதால், அவர்களால் வேகமாக ஓடி ஆட முடியாது என்று நினைத்து, இதற்குப் புதுவழி ஒன்றைக் காண வேண்டும் என்று விரும்பினார் ஒருவர். அந்த அவர்தான் 'வில்லியம் ஜி. மோர்கன்' (William G. Morgan) என்பவர்.

'இளங்கிறித்துவக் கழகத்தின் (Y.M,C.A.) ஆதரவிலிருந்த கோலியோக் (Holyoke) உடற்பயிற்சிக் கல்லூரியில், உடற்கல்வி நெறியாளராக (Physical Directior) மோர்கன் பணி புரிந்து வந்தார். அவருடைய கண்காணிப்பின் கீழ் இருந்து வந்த உள்ளுறைக் கூடத்தில், அதிகமாக ஓடி ஆடக்கூடிய வலிமையுள்ள ஆட்டங்களுக்கு, ஆட்களைத் தேடிப்பிடிக்க வேண்டிய சூழ்நிலை ஏற்பட்டது. அதிக உழைப்பும், அதிகத் திறமையும், அதிக முயற்சியும் கொண்டு, வலிமையைப் பயன்படுத்தி ஆடக்கூடிய ஆட்டங்களே அந்த நாளில் இருந்து வந்தன, எளிமையாகவும் இனிமையாகவும் உள்ள விளையாட்டுக்களைக் காண்பதே அரிதாக இருந்தது.

இந்த நிலை, மோர்கனின் உள்ளத்தில் கவலையை நிரப்பியது. தன்னுடைய உள்ளுறைக் கூடம் நல்ல முறையிலே பணியாற்ற வேண்டுமானால், புதுமையான ஆட்டமொன்றைப் புகுத்தினாலொழிய, புதுவழி வேறு எதுவும் இல்லை என்ற முடிவுக்கு வந்தார். "தேவையே கண்டுபிடிப்பின் தாயாகும்" (Necessity is the mother of invention) என்ற மொழிக்கிணங்க, தனது தேவையும், அங்கத்தினர்களின் தேவையும் பூர்த்தி பெற வேண்டும் என்று விரும்பினார். ஆவல் உந்த ஆக்கம் எழுந்தது. கடமையை எண்ணி எண்ணி முயன்றிட, காலமும் கடந்து கொண்டேயிருந்தது.

கூடைப்பந்தாட்டம் தோன்றிக் குழந்தைப் பருவத்தில் தவழ்ந்திருந்த நாளில், கூட்டமெல்லாம் அங்கேயே குழுமிக் கிடந்த வேளை. இங்கே நம் மோர்கன் புதிய படைப்பின் முயற்சியிலே, மனதைப் புதைத்துக் கொண்டிருந்தார். ஒரு நாள் அவருடைய இதய வானிலே மின்னலாக ஒரு எண்ணக் கீறல். ஜெர்மனியிலே (Germany) உள்ள 'ஃபாஸ்டு பால்' (Faust ball) என்னும் பெயரோடு விளங்கிய விளையாட்டின் வழிமுறைகளையொத்த விளையாட்டு ஒன்று, அமெரிக்காவிலே ஆடப்பட்டு வந்தது. கல்லூரி மாணவர்களால் ஆடப்படும் அந்த ஆட்டத்தின் பெயர் 'மிண்டன்' (Minton). நினைவுச் சுழலிலே நடமாடியவராக அந்த ஆட்டத்தின் அடிப்படை நோக்கத்தை, மோர்கன் ஒருநாள் ஆராயத் தொடங்கினார்.

முறுக்கிய கம்பளி நூலால் பின்னப்பட்ட நூல் பந்தும் (yarn ball), நீண்ட கைப்பிடியுள்ள மட்டைகளும் (Rackets) ஏழடி உயரத்தில் கட்டப்பட்டிருந்த வலையும் (Net) மிண்டன் ஆட்டத்தில் பயன்பட்ட முக்கியபொருள்களாகும். இருபக்கமும் ஆட்டக்காரர்கள் இருந்து கொண்டு, வலைக்கு மேலேயே பந்தானது அங்கும் இங்கும் போய் வருமாறு மட்டைகளால் அடித்துவிளையாடுவதே ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம்.

இதைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்த மோர்கனின் எண்ணம், ஒரு புதுநிலையைக் காண விழைந்தது. மட்டையும் பந்தும்கொண்டு எத்தனையோ ஆட்டங்கள் உண்டு என்பதை அறிந்தார். அதனால் மட்டையை அகற்றிவிட விழைந்தார் மட்டையை நீக்கி விட்டால் மட்டைக்குப் பதிலாக மனிதர்களுடைய கைகளே போதும் என்ற முடிவுக்கு வந்தார். மட்டையும் மறைந்தது. கைகளுக்கு உழைப்பும் அதனால் சிறப்பும் எழுந்தது.

சிறிய நூல்பந்தைக் கைகளால்தட்டி வருவது இனிமையாகவும் இயல்பாகவும் இல்லாமல் இருந்ததைக் கண்டு,

கலங்கித் தவித்தார். குழப்பத்தைத் தீர்த்து வைத்து கூடைப் பந்தாட்டத்தில் உள்ள பந்து கைகொடுத்து உதவியது. கனத்திலும் அளவிலும் பெரியதான கூடைப் பந்தைக் கைகளால் மேலே தட்டி ஆடும் பொழுது, கைகளுக்குத் துன்பம் விளைந்தது. இந்த இன்ப வேதனையைத் தடுக்க, பந்தின் மேல் உறையை (Cover) நீக்கிவிட்டு, காற்று அடைத்த தோல்பையை (Bladder) மட்டும் எடுத்துக் கொண்டார். பந்தினைப் பற்றிய கவலை தீர்ந்தது.

பந்தை ஆடுவதற்கு வலை வேண்டுமே? அதற்கு 'டென்னிஸ் பந்தாட்டத்தில்' (Tennis) பயன்படும் வலை ஒன்றை தேடிக்கொண்டார். வேண்டிய பொருள்களெல்லாம் விரும்பியவாறே வந்து கிடைத்தன. வேதனை நிறைந்த மனதினை, சோதனை பரிசோதித்துக் கொண்டது. திரு. மோர்கனின் சாதனை, வெற்றி மிகுந்த சாதனையை ஏற்படுத்தி, அவரைப் புகழின் சிகரத்திற்கே உயர்த்தியது.

வெற்றி பெற்ற சோதனையிலும் சிறிது மாற்றம் செய்ய நேர்ந்தது. காற்றடைத்த தோல் பை கனமற்றதாக இருந்த காரணத்தால், கைகளுக்கு அடிக்க எளிதாகவும், தள்ளி விளையாடுவதற்கு இனிமையாகவும் இருந்தது. கூடைப் பந்தாட்டத்தில் பந்தைத் தலைக்கு மேலே உள்ள வளையத்தில் எறிய வேண்டும். கைப் பந்தாட்டத்தில், வலைக்கு மேலே பந்தை இங்குமங்கும் தள்ளிக் கொண்டிருக்க வேண்டும்.

ஆட்டம் புதியதாக அமைந்ததாலும் ஆடுவதற்கு இனிமையானதாக இருந்ததாலும், தேவைப்பட்ட ஒன்று, சிறப்பான முறையில் கிடைத்து விட்டது என்பதாலும், உடற் பயிற்சி உள்ளுறைக் கூடத்து அங்கத்தினர்கள், அதிக உற்சாகத்துடன் ஆடினர். காற்றடித்த தோல் பை, வலைக்கு மேலே பறப்பதும், ஆடுவோர் இதை அடிப்பதும், மற்றவர்கள் இந்த வேடிக்கையைக் கண்டு

களிப்பதுமாக புது ஆட்டம் தன் வளர்ச்சியைத் தொடங்கியது. இவ்வாறு தன்னை ஆவலோடு எதிர்பார்த்திருந்தவர்களுக்கு ஏமாற்றத்தைக் கொடுக்காமல், இனிமையையும் கனிவையும் காட்டித் தன்னுடைய தோற்றத்தை 1895ஆம் ஆண்டு அவனியில் பெற்றது கைப்பந்தாட்டம். தந்தை மோர்கன் தன் உழைப்பின் பயனாய் விளைந்த உன்னத படைப்பைக் கண்டு களித்தார். ஆனந்தக் கடலில் குளித்தார். இன்று உலக முழுவதும் 'கைப்பந்தாட்டம்' என்று பரவியிருக்கும் இந்த ஆட்டத்திற்கு, அன்று 'மின்டானட் (Mintonneth) என்ற அன்புப் பெயரைச் சூட்டி மகிழ்ந்தார். பிறந்த குழந்தை நோய் நொடியின்றி வளமாகவே வளர்ந்து விடமுடியுமோ? குழந்தையாக தோன்றியிருக்கும் (கைப்பந்தாட்டம்) மின்டானெட் மட்டும் இதற்கு விதி விலக்கா? தடைகளையும் துயர்களையும் தாண்டி 'மின்டானெட்' எவ்வாறு வளர்ந்தது என்று இனி காண்போம்.

வளர்ச்சி

எளிமையான சில விதிகளை (Rules) அடிப்படையாகக் கொண்டு ஆட்டம் தன் பணிப் பயணத்தைத் தொடங்கியது. குழு ஒன்றுக்கு 20 அல்லது 30 பேர்களுக்கு மேல் சேர்ந்து விளையாடினர். ஒரு தடவை காற்றடித்த தோல் பையான பந்தை, வலைக்கு மறுபுறம் அனுப்ப, ஒரு குழுவினர் எத்தனை முறை வேண்டுமானாலும் 'தொட்டுத் தள்ளலாம்' (Touch) என்ற விதி இருந்ததால், ஆட்டக் காரர்கள் அயர்வின்றி ஆடினர். தேவை நிறை வேறியது என்ற ஒரு திருப்தி அவர்களுக்கு ஏற்பட்டாலும், தீராத மனக்குறையானது ஒன்று இருக்கத்தான் செய்தது.

சாதாரணத் 'தோல் பை' சரியான பந்தாகவே அவர்களுக்குத் தோன்றவில்லை. இந்தக் குறை நீக்கப் பட்டால்தான் ஆட்டமும் முழு அளவில் நிறைவாகும் என்ற தங்கள் கருத்தையும் கூறி விட்டனர். ஆகவே தோல் பையை ஒரு முழு உருவமுள்ள பந்தாகவே மாற்றி அமைக்க வேண்டும் என்ற முடிவுக்கு மோர்கனும்வந்து விட்டார். அவரின் நினைவுக்கு 'விளையாட்டுப் பொருட்களைத் தயாரிக்கும் கம்பெனி' ஒன்று முன்னே வந்து நின்றது.

அமெரிக்காவில்'ஏ.ஜி.ஸ்பேல்டிங்'சகோதரர்கள்'கூட்டுக் குழு' (A. G. Spalding and Brothers Sports Company) என்பது, விளையாட்டுப் பொருட்களைச் சிறந்த முறையில் தயாரித்துத் தருவதில் திறமை மிக்கதாக விளங்கியது. கைப் பந்தாட்டத்திற்கான சோதனைப் பந்து (Trial Ball) ஒன்றைத் தயாரித்துத் தருமாறு மோர்கன் அவர்களைக் கேட்டுக் கொண்டார். இதில் ஒரு வியப்புமிகு செய்தி என்னவெனில், முதன் முதலாகத் தோன்றிய 'சோதனைப் பந்தின் அளவு'தான், இன்று பெரிய அளவிலே முன்னேற்றம் ஆட்டத்திலே நிகழ்ந்தும், இன்னும் மாற்ற மடையாத நிலையிலே இருக்கிறது என்பதாகும்.

கைப் பந்தாட்டம் ஆடப் படுவதைப் பொது மக்கள் கண்டனர். சில நேரங்களில் அவர்கள் ஆட்டத்தை விரும்பிக் கண்டு களித்தாலும், மற்ற நேரங்களில், இதைப் பற்றிய அக்கறையும் ஆர்வமும் அற்றவர்களாகவே இருந்து வந்தனர். பார்வையாளர்களும், பாராட்டுவாரும் குறைந்து வருவதைக் கண்டு, பங்கு பெற்ற ஆட்டக்காரர் களிடையேயும் உற்சாகம் குன்ற ஆரம்பித்தது. 'உள்ளுறைக் கூடத்தின்' அங்கத்தினர்களும், மற்றவர்களும் தாங்கள் முன்பு ஆடி வந்தக் 'கூடைப்பந்தும்' 'கையுறைப் பந்தும்' (Hand ball) [அதாவது கைகளிலே உறைகளை (Gloves)

மாட்டிக் கொண்டு சிறிய ரப்பர் பந்தை வைத்து ஆடப்படுகின்ற ஆட்டம்) போதுமென்ற நிலைக்கு வர ஆரம்பித்தனர்.

மேற்கூறிய இரண்டு விளையாட்டுக்களே 'இல்லக ஆட்டங்களாக' (Indoor Games) அதிகமான இடங்களில் ஆடப்பட்டு வந்தன. இந்த விளையாட்டுக்களோடு தானும் சேர்ந்து கொள்ளலாம் என்று வந்த கைப்பந்தாட்டத்திற்கு, கவனிப்பாரற்று போகக்கூடிய மக்கள் கூட்டமே எதிரே நின்றது. சூழ்நிலை இதற்கு வளம் தருவதாக அமையவில்லை.

'பெரியவர்களுக்குப் பிறந்த இடத்தில் மதிப்பில்லை, பெருமையில்லை' என்பார்கள். உண்மைதான். பெருமைமிக்கக் கைப் பந்தாட்டத்தைப் போற்றுவாரும் பின்பற்றுவாரும் குறைந்தனர். போற்றுவாரிடத்தையே புகலிடமாகக் கொண்டு இந்த ஆட்டம் பிறந்தகத்தை விட்டு வேறிடம் சென்றது.

தான் பிறந்த 'மசாசியூசெட்ஸ்' என்னும் (Massa cheusetts) நகரத்தைவிட்டு, ஸ்பிரிங்பீல்டு (Springfield), எனும் நகரை நோக்கிக் குடிபெயர்ந்து தஞ்சமடைந்தது.

புதுமை நிரம்பிய இந்தப் புது விளையாட்டிற்கு வந்த வரவேற்பானது புதிய பெயரோடும், புதிய நிலையோடும் வந்தது. 'டாக்டர் ஏ. டி. கால்ஸ்டெட்' (Dr. A. T. Halstead of Springfield) என்பவர், இதன் அருமையைக்கண்டு மிகவும் விரும்பினர். 'மின்டானெட்' என்ற பழம் பெயரை மாற்றி' (Volley ball) (மாறிமாறி அடித்தல்) என்ற பெயரைச் சூட்டினர்.

பெயர் மாறிய வேளையோ என்னவோ, இதன் பிற்காலம் பொற்காலமாக மாறத் தொடங்கியது, ஆதரவாளர்கள் பெருகினர். ஆட்டம் வளர்ந்தது ஆல் போல. இந்தியாவில் பிறந்த புத்தமதம், வெளிநாடுகளில் பெருமையுடன்

வளர்ந்து பெருகியதைப்போல, மசாசியூசெட்டில் பிறந்த மின்டானெட், ஸ்பிரிங்பீல்டில் கைப்பந்தாக வளர்ந்து செழுமையுற்றது.

உள்ளகத்திலேயே ((Indoor) இதுவரை ஆடப்பெற்ற இந்த ஆட்டம், பரந்த வெளியிலேயும் ஆடுகின்ற நிலைமைக்கு உயர்ந்தது. ஆடுகளத்தை நன்றாக, செப்பனிட்டு அமைத்து, ஒரு பந்தையும் பெற்று, இந்த விளையாட்டை ஆரம்பிப்பது ஒரு கைகூடாத கடினமான காரியமல்ல. ஏனெனில், இந்த விளையாட்டிற்கான பொருட்களையெல்லாம் அதிகமான விலை கொடுத்துத் தான்பெற வேண்டுமென்பதும் அவசியம்இல்லை. ஆடுகளத்தையும் பெரிய பெரிய பொறி இயல் வல்லுநர்கள் (Engineers) வந்து வரையறுத்துத் தந்துதான் திடல் அமைக்க வேண்டும் என்பதுமல்ல. ஆகவே, பந்தும் ஆடுகளமும் எளிதாகக் கிடைத்தால், ஆடுவோருக்கு உண்டாகும் உற்சாகத்தைக் கூறவும் வேண்டுமோ?

கடற்கரையிலும். கோடை பொழுது போக்கு இடங்களிலும்கூட புதிய ஆடுகளங்கள் தோன்றின. இளைஞர்களின் அதிகமான ஈடுபாட்டின் தீவிரத்தைக் கண்ணுற்று, நடுத்தர வயதினரும், வயது வந்தவர்களும்கூடச் சேர்ந்து, இதில் ஆடத் தொடங்கினர். கைப்பந்தாட்டம் இன்னும் சிறந்து வளர, 'பொதுநிலை ஆடுகளம் அமைக்கும் இயக்கம்' (Public Playground Movements) பெரும்பணி செய்தது என்றால்அது மிகையல்ல, விளையாடும் இடங்களில், ஒரு கைப் பந்தாட்ட ஆடுகளம் இல்லாவிடில், அந்த இடம் நன்கு பரிமளிக்காத நிலையில் ஆகிவிடுகிறது என்ற அளவுக்கு நாட்டின் நிலைமையில் பெருமாற்றம் திகழ்ந்தது.

இவ்வாறு மக்கள் மனதிலே இடம் பெற்ற ஆட்டங்களில் ஒன்றாகக் கைப்பந்தாட்டமும் மாறியது. பள்ளிகளிலும், கல்லூரிகளிலும் ஆட்டம் இடம் பெற்றது. சேனையில் பணியாற்றும் படைஞர்களுக்கும் இதில் ஆர்வம்

பெருகத் தொடங்கியது. முக்கிய நகரங்களின் 'மாநகராட்சி அதிகாரிகள்', 'ஆணையர்கள்', இன்னும் நல்ல மனம் படைத்தவர்கள் எல்லாரும் பெருவாரியாகப் புதிய ஆடுகளங்களை ஏற்படுத்தித் தந்து ஊக்குவித்தனர்.

1896ஆம் ஆண்டு ஸ்பிரிங் பீல்டு கல்லூரியிலே 'உடற் கல்வி நெறியாளர்களின் கூட்டம் நடை பெற்றது. அங்கு 'கோலியோக்'கிலுள்ள மோர்கனுடைய உடற்பயிற்சிக் கூடத்தின் அங்கத்தினர்கள் இந்த ஆட்டத்தை, இரு குழுவாகப் பிரிந்து ஆடிக் காட்டினர். விளையாட்டின் இயல்பைக் கண்ட 'நெறியாளர்கள்', விரும்பிப் போற்றித் தங்கள் மனமார்ந்த ஆதரவையும் ஒத்துழைப்பையும் இதன் வளர்ச்சிக்குத் தருவதாக வாக்களித்தனர்.

இந்த நிகழ்ச்சியே பள்ளிகளிலும், கல்லூரிகளிலும், ஆட்டம் நுழைவதற்கு வாய்ப்பாய் அமைந்தது. மாணவர்கள் கொண்ட உற்சாகத்தைக் கண்டு மக்களெல் லாம் ஆடத் தொடங்கினர். மக்கள் என்றால் மங்கையர் விதி விலக்கோ! அல்ல! அல்ல! அவர்களும் ஆடத் தொடங்கினர். ஆட்டத்தின் வளர்ச்சியில் சூடு பிடித்தது.

'சரி நிகர் சமானமாக வாழ்ந்திடுவோம்' என்று மேடை ஏறிப் புரட்சி செய்யும் பெண்கள், 'ஆண்களுக்கு சளைத்த வர்கள் அல்ல நாங்கள்' என்று சவால் விடுக்கும் அளவுக்கு ஆட்டத்தில் ஈடுபாடு காட்டினர். ஆனாலும் ஆட்டத்தில் 'பால் வேறுபாடு' (Sex Difference) தலை காட்டவேயில்லை, பெண்களுக்கிடையே குழுவாகப் பிரிந்து விளையாடினர். இன்னும் சில இடங்களில் பெண்களும் ஆண்களுமாக இருவரும் (Mixed) கலந்து, ஆடி மகிழ்ந்தனர்.

அமைதி நிறைந்த சூழ்நிலையில் மட்டும் ஆட்டம் இன்பந் தரவில்லை, அவல ஒலியைக் கிளப்பி, சவக் கிடங்காகப் பூமியை மாற்றும் போர்க்களங்களிலே கூடக் கைப்

பந்தாட்டம் உலவியது. போர் வெறியை, மரண ஒலியை மாற்றி, இன்பமளிக்கும் இசைபோல, வீரர்களுக்கிடையே அமைதியை உண்டுபண்ணியிருக்கிறது என்பதற்கு எத்தனையோ, ஆதாரங்கள். அவைகளிலே சான்றுக்கு ஒன்று.

''இரண்டாவது உலகப் பெரும் போர் நடந்து, இந்த உலகத்தைக் கலக்கத்தில் ஆழ்த்திக் கொண்டிருந்த வேளை: அதில் ஈடுபட்டுத் தங்கள் உயிரைத் துரும்பாக மதித்து, சமர் புரிந்த போர் வீரர்கள் தங்களுடைய ஓய்வு நேரத்தை பயன்படுத்த எத்தனையோ வழிகள் இருந்தும், அதையெல்லாம் தள்ளி விட்டு, எப்படியோ, எங்கேயோ சென்று ஒரு கைப் பந்தையும், ஒரு வலையையும் வாங்கி வந்து, ஆட்டம் ஆடி மகிழ்ந்தனர்; கவலையை மறந்து ஆடினர்'' என்று தென் கடல் (South Sea) பகுதியிலிருந்து வந்த செய்தி ஒன்று கூறியது என சரித்திர ஆசிரியர்கள் கூறுகின்றனர்.

இவ்வாறு, சில இடங்களை வென்று, கைவசம் ஆக்கிக் கொண்ட பின்னர், ஓய்வெடுக்கும் வேளையிலும், பொழுது போக்குகின்ற நேரத்திலும் படை வீரர்கள், கைப்பந்தைத் தேடினர், சேர்ந்தும் ஆடினர், மகிழ்ந்தனர் என்று வரலாறு கூறும்பொழுது, உண்மையிலேயே கைப்பந்தாட்டம் நாட்டினருக்கு நல்லதொரு பணியைச் செய்தது என்று தான் கூறவேண்டும். அந்த உயர்ந்த பணியை இன்றும் செய்கிறது. இனியும் செய்யும் என்று எண்ணி எண்ணி நாம் மகிழலாம். இப்படியாக ஆட்டம் துயர் கடந்தும், நிலை கடந்தும் வளர்ந்து, பெருமை பெற்றது. நாடு எங்கும் விரைவாகப் பரவத் தொடங்கியது.

மோர்கனுடைய உடற் பயிற்சி உள்ளுறைக் கூடத்தினுள்ளேயே உலவி வந்த ஆட்டம், மற்றவர்களும் விரும்பி ஆடத் தலைப்பட்ட பின்னும், அவர்களது மேற்பார்வையிலேயே 20 ஆண்டுகள் இருந்து வந்தது.

தேசிய ஆடுகளம் அமைக்கும் இயக்கத்தால் (National Playground Movement) விரும்பி ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட பின், சாரண இளைஞர் சங்கத்தாலும்,(Boy Scout) சிறுமியர் சாரண சங்கத்தாலும் (Girl scout) ஆட்டம் விளையாடப் பெற்று வளர்ச்சியையும் அடைந்தது.

1922ஆம் ஆண்டில் 'தேசியப் போட்டி' விளையாட்டாக (National championship) ஆடப்பெறுவதற்கு, இளங் கிறித்துவச் சங்கத்தினரால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது என்றால், ஆட்டத்தின் வளர்ச்சி உண்மையிலேயே மகத்தானதுதான். ஆட்டத்தின் உள்நாட்டு வளர்ச்சி அதிக விரைவாகவே இருந்தது.

ஆனால், வெளிநாட்டு வளர்ச்சி ஆமை வேகத்தில்தான் அமைந்திருந்தது. 1939 ஆம் ஆண்டுக்குப் பின்னரே, ஐரோப்பாக் கண்டத்தில் பிரான்சு, போலந்து, (Poland); செக்கோஸ்லோவோக்கியா (Czechoslovakia) போன்ற நாடுகளில்தான் தேசியக் கைப்பந்தாட்ட சங்கங்கள் தோன்ற ஆரம்பித்தன.

'அகில உலக சங்கம்' என்ற அமைப்பு ஒன்று தேவை என்று எல்லா நாடுகளும் விரும்பி இணைந்த போது, இரண்டாம் உலகப் பெரும்போர் இடையிலே வந்து எண்ணத்தை மண்ணாக்கியது. இருப்பினும் போருக்குப்பிறகு சீராக வளர்ந்தக் கைப்பந்தாட்டத்தில், 1946ஆம் ஆண்டு, அகில உலக அளவிலே போட்டி ஒன்று பாரிசில் நடை பெற்றது.

இதில் முக்கியமாக பிரெஞ்சு நாடும், செக்கோசுலோ வோக்கியாவும் பங்கு பெற்று சிறப்பாக நடத்தின. இந்தப் போட்டி ஆட்டத்தைக் காண, போலந்து நாட்டின் தலைவர் வந்திருந்தார், அன்னாரின் முன்னிலையில், அகில உலகக் கைப்பந்தாட்ட சங்கத்தின் ஆரம்ப வேலைகளுக்கான

திட்டங்கள் வகுக்கப்பட்டு முடிவு செய்யப்பட்டன. இதை நல்ல முறையில் நிறைவேற்றி, வெற்றிகரமாக அமைக்கும் பொறுப்பை பிரெஞ்சு நாட்டிடம் குழு ஒப்படைத்தது.

பிரெஞ்சு நாட்டின் பெருந்தன்மையான பொதுப்பணி ஆரம்பமானது. பல நாடுகளுக்கும் அழைப்புக்கள் விடுக்கப் பட்டன. இறுதியாக பெல்சியம், (Belgium) ஹங்கேரி, ஹாலந்து, இத்தாலி, எகிப்து, ருமேனியா, உருகவே(Uruguay) அமெரிக்கா, போன்ற 14 நாட்டின் பிரதிநிதிகள் பாரிசில் கூடி ஆக்க வேலையை வெற்றிகரமாக செய்து முடித்தனர்.

பதினொன்கு நாடுகளைக் கொண்டு தொடங்கிய கழகம், இன்று 70க்கு மேற்பட்ட நாடுகளைத் தன்னகத்தே கொண்டு திகழ்கிறது. இன்று இந்த ஆட்டம் உலகெங்கிலும் ஆடப் படுகிறது. இத்தகைய நிலையை பெற்ற கைப்பந்தாட்டத்தின் தலைமைக்கழகத்தின் பெயர், 'அகில உலகக் கைப்பந்தாட்டச் சங்கம்' ஆகும் .(International volley ball federation), இந்தத் தலைமை சங்கத்தின் முதல் தலைவராக இருந்து பணியாற்றியவர் பிரெஞ்சுநாட்டைச் சேர்ந்த 'பால் லிபாடு' (Paul Libaud) என்பவர். தலைமைக் கழகமும் பாரிசில்தான் அமைந்திருந்தது.

'அகில உலகக் கைப்பந்தாட்டப் போட்டி (world volley ball championship) முதன் முதலாக 'பிரேகு'(Prague) என்ற இடத்தில் 1949 ஆம் ஆண்டு நடைபெற்றது. 12 குழுவிற்கு மேல் பங்கெடுத்துக் கொண்ட அந்த போட்டியில், ரஷ்யா (Russia)வென்றது.செக்கோசுலோவோகியா தொடர்ந்தது, (Runners-up).

1952ஆம் ஆண்டு 'மாஸ்கோவில்' (Mascow) நடந்த இரண்டாம் அகில உலகக் கைப்பந்தாட்டப் போட்டி நடந்ததில், ரஷ்யாவே மீண்டும் வென்றது.

1954ஆம் ஆண்டு மூன்றாவது உலகப் போட்டியில் ரஷ்யா தன்னுடைய முதல் இடத்தை இழந்தது. செக்கோசு லேவோகியா வென்றது. இவ்வாறு உலக அளவிலே, உன்னத மான இடத்தை எய்திய கைப்பந்தாட்டத்தை, ஒலிம்பிக் ஆட்டங்களுள் ஒன்றாக ஆக்கிவிட, 'அகில உல ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக் குழு'' (International Olympic Committee) 1955ஆம் ஆண்டு முயன்றது.

ஆனால், 1964ஆம் ஆண்டு டோக்கியோவில் (Tokyo) நடைபெற்ற ஒலிம்பிக் விளையாட்டுக்களுள் ஒன்றாக இணைக்கப் பெற்று, இணையிலா நற்பெருமையைப் பெற்றது. ஈடிலா வளர்ச்சியையும் எய்தியது.

இந்தியாவில் கைப்பந்தாட்டம்

அமெரிக்காவிலேயே ஆடப்பட்டு வந்த இந்த ஆட்டம், முதன் முதலாக 1900 ம் ஆண்டில் கனடா நாட்டை நோக்கி நடை பயின்றது. பின் கியூபாவைத் தன்னுடைய இரண் டாவது களமாகக் கொண்டு வளர்ந்தது. பின்னர் நகரங் தோறும், நாடுகள் தோறும் தனக்காக ஆடுவோரையும், அனுதாபிகளையும் வளர்த்துக் கொண்டு பெருகிக்கொண்டது இவ்வாறு உலகை வளைய வந்த ஆட்டம், சுமார் அறுபது ஆண்டுகளுக்கு முன்னர்தான் இந்தியாவிற்கு வருகை தந்தது. இதன் வருகைக்கு மூல காரணமாக இருந்தவர்கள் 'இளங் கிறித்துவ சங்கத்தினர்' தான் என்பது நமக்குச் சொல்லாமலே விளங்கும்.

அமெரிக்காவை விட்டு அயல் நாடு சென்ற, இந்தச் சங்கத்தின் அங்கத்தினர்கள், தங்கள் கூடவே கைப் பந்தாட்ட விளையாட்டையும் எடுத்துச் சென்றனர். அடுத்துச் செய்யவேண்டிய ஆக்க வேலைகளைத் தொடுத்து

முடித்து, மக்களை பயன் பெறுமாறு செய்தனர். இதன் வளர்ச்சிக்கு அடிப்படையாக நின்று பணியாற்றிய பெருமை ஒய். எம். சி. ஏ. உடற்கல்விக் கல்லூரியையே (Y. M. C. A. College of Physical Education, Madras) சாரும்.

இக் கல்லூரியிலிருந்து வெளியேறிய மாணவர்களுடனே சென்றக் கைப்பந்தாட்டம், வெகு விரைவிலே பாரதம் முழுதும் பரவியது. பள்ளிகளிலும், பொது ஆடு களங்களிலும், ரயில்வே ஊழியர்களின் சங்கங்களிலும், வணிகத்துறை குழுக்களிலும் ஒரு முக்கியமான ஆட்டமாகக் கைப்பந்தாட்டம் மாறி நின்றது. பள்ளிகளிடையேயும், கல்லூரிகளிடையேயும் போட்டிகள் நடை பெற்றதோடு, மாவட்டங்களிடையேயும், மாநிலப் போட்டியாயும், எல்லா மாநிலங்களிடையேயும் நிகழ்கின்ற அகில இந்தியப் போட்டியாகவும், மிக உற்சாகத்துடன் ஆட்டங்கள் நிதமும் நிகழ்ந்தேறின.

'அகில இந்தியக் கைப்பந்தாட்டக் கழகம்' (Volley ball Federation of India) 1950-ம் ஆண்டு ஏற்படுத்தப்பட்டது. மாநிலங்களிடையே பல போட்டிகள் நடத்தப்பட்டன. இந்தியா முதன் முதலாக 'ஆசியா வெற்றி நாடாக' (Asian Champion) இந்த ஆட்டத்தில் வந்தது. தற்பொழுது, பயிற்சிக்காகப் பல நாடுகளிலும் பல போட்டி ஆட்டங்களை ஆடித் தனதுத் திறமையை இன்னும் விரிவு படுத்திக் கொள்ள இந்தியா முனைந்து வருகிறது. 'வெற்றியின்படி விடாமுயற்சியின் பிடியிலே அடங்கிக் கிடக்கிறது' என்பதை நாம் உணர்ந்திருக்கிறோம். அதனாலேயே ஆடுவோருக்கு உற்சாகமளிக்கவும், வாய்ப்பும், வசதியும் தந்திடவும் பாரதம் முன்னுக்கு வந்திருக்கிறது. காலம் ஒரு நாள் மாறும். நம் கனவும் நிறைவேறும் என்று எண்ணி முயற்சியில் இன்னும் ஊக்கம் வைத்து, பயிற்சியும் பெற்றுப் பலனை அடைவோமாக!

விதிகளில் மாற்றமும் செழுமையும்

விதிகளின் கீழ் நின்று ஆடி வெற்றி பெறுவதே ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம். ஆட்டத்தின் விரைவுக்கும், வேகத்திற்கும், சீர்மைக்கும், செழிப்புக்கும், நுண்மைப் பயிற்சிக்கும் நூதன ஆட்டத்திற்கும் இசைவு தருவதற்காக ஆட்ட விதிகள் அவ்வப்போது பொருந்தும் நிலையில் திருத்தி அமைக்கப்படுகின்றன. ஆட்டத்தின் தொடக்க கால நிலைக்கும், தேர்ச்சியுற்று புதுபுது முறைகளில் ஆடுகின்ற இன்றைக்கும், ஏறக்குறைய எல்லா முறைகளிலுமே மாற்றங்கள் நிகழ்ந்துதான் இருக்கின்றன.

விதிகளின் மாற்றம் ஆட்டத்தின் செழுமைக்காகவும், ஆடுவோரின் நலனுக்காகவும்தான் அடிக்கடி ஏற்பட்டு வந்திருக்கிறது. இவ்வாறு பழையவிதிகள் எவ்வாறு மாறி வந்திருக்கின்றன என்பதைக் காணும்பொழுது, ஆட்டத்தில் ஏற்பட்டுள்ள வளர்ச்சியும் மறுமலர்ச்சியும் நமக்கு நன்கு புலனுகும்.

'உடற்கல்வி' (Physical Education) என்றதலைப்புடன் வெளிவந்து கொண்டிருந்த செய்தி வெளியீட்டுத் தாள் ஒன்றில், கைப்பந்தாட்டத்தைப் பற்றிய முதல் கட்டுரை 1896ம் ஆண்டு சூலைத்திங்களன்று வெளிவந்தது. அப்பொழுது இருந்த விதிமுறைகளைக் காணும்போது நமக்கு இப்பொழுதும் வேடிக்கையாகவே தோன்றுகிறது.

விளையாடும் இடத்தின் எல்லை 25×'50'|______|. வலையின் அகலம் 2' அடி. நீளம் 27 அடி. ஆட வேண்டிய வலையின் உயரம் (Height of the net) 6½ அடி. இவ்வளவு குறுகிய பரப்பளவு உள்ள ஆடுகளத்தில், ஒரு குழுவிற்கு 20 அல்லது 30 பேர்கள் நின்று ஆடினர்கள் என்ருல் அவர்களின் ஆர்வம் எவ்வாறு இருந்திருக்க வேண்டும்?

பந்தின் கனம் 9அவுன்சுக்கு குறையாமலும், 12 அவுன்சுக்கு மேற்படாமலும், சுற்றளவு 25"க்குக் குறையாமலும் 27"க்கு மேற்படாமலும் இருக்க வேண்டும். இன்றைய ஆடுகளத்தின் அளவு 9 மீட்டர்×18மீட்டர்.

இதற்குப் பிறகு 1900ம் ஆண்டுக்கு ஒரு சில புதியவிதிகள் தோன்றின. விளையாட்டில் வெற்றிபெற 21 வெற்றிஎண்கள் எடுக்க வேண்டும். வலையின் மேல் உயரம் 7 அடியாக மாறியது. ஆடுகள எல்லையைக் காட்டும் கோடுகள் (Lines) ஆடும் இடமாகவே கருதப்பட்டது. பந்தைக் கையால் எறிதல், காலால் உதைத்தல் முதலிய வேண்டாத முறைகள் தடுக்கப்பட்டன.

1912ஆம் ஆண்டிலும் சில மாற்றங்கள் நிகழ்ந்தன. ஆடுகளத்தின் அளவு அகலம் 25 அடி; நீளம் 60 அடியாக விரிந்தது. வலையின் அகலம் 2 அடியிலிருந்து 3 அடியாக மாறியது. வலையின் மேலுயரம் 7 அடியிலிருந்து 7½ அடியாக உயர்ந்தது. 'சுற்றும் முறை' (Rotation Order) புதிதாக அறிமுகப்படுத்தப்பட்டது,

'இளங்கிறித்துவ சங்கத்தாரால் (Y.M.C.A.) ஏற்படுத்த பட்ட விதிகளுக்கு பின்னர், 1916ம் ஆண்டு ஒரு சில புதிய விதிகள் அடங்கிய புத்தகம் ஒன்று வெளியிடப் பட்டது. அதற்குப் பின்னர் மாற்றம் அடிக்கடி நிகழ ஆரம்பித்தது.

1917ஆம் ஆண்டு வலையின் உயரம் 7½ அடியிலிருந்து 8 அடியாக உயர்ந்தது. விளையாட்டில் வெற்றிபெற வேண்டிய வெற்றி எண்கள் 21லிருந்து 15ஆகக் குறைந்தது.

1928ஆம் ஆண்டில் ஒரு குழுவில் இருந்து ஆடவேண்டிய ஆட்டக்காரர்களின் எண்ணிக்கை 20 அல்லது 30 பேர்களில் இருந்து 9ஆக இறங்கியது. இப்பொழுது ஒருகுழுவுக்கு 6 பேர் இருந்துதான் ஆடுகிறார்கள்.

கைப் பந்தாட்ட ஆடுகளம்

15 செமீ

தாக்கும் கோடு

3மீ

நடுக் கோடு

18மீ

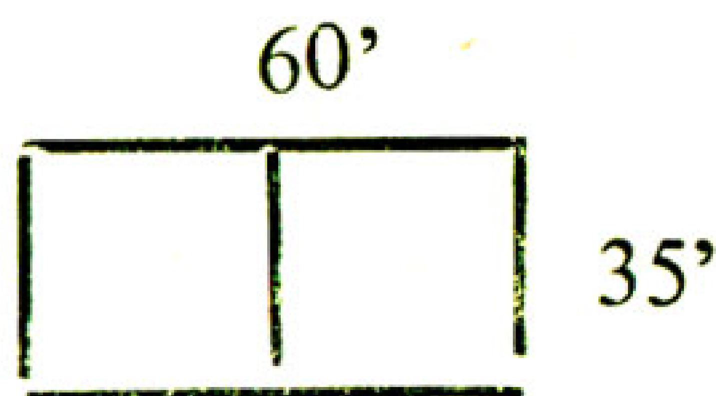
கம்பம்

தாக்கும் கோடு

3மீ

9மீ

1921ஆம் ஆண்டுக்கு முன், ஆடுகளத்தின் பரப்பு, 60 அடி நீளமும் 35 அடி அகலமும் கொண்ட நீண்ட சதுரமாக விளங்கியது. அதன் நடுவிலே வலை கட்டப்பட்டு, ஆடுகளத்தை இரண்டாகப் பிரித்தது. இந்த ஆண்டில்,



நடுவிலே நடுக்கோடு (Centre iine) ஒன்றும் புதிதாக இணைக்கப்பட்டது.

1922ஆம் ஆண்டு விதிகளில் இன்னும் புதிய முயற்சிகள் செய்யப்பட்டன. ஒரு குழுவில் உள்ள ஆட்டக்காரர்கள் எத்தனை முறையேனும் பந்தைத் தொட்டு ஆடி வலைக்கு மறுபுறம் அனுப்பலாம் என்ற விதி மாறி, மூன்று முறை தான் தொட்டு ஆடிப் பந்தை வலையைத் தாண்டி மறு பகுதிக்குள் அனுப்பிவிட வேண்டும் என்றும்; ஆடுகளத்தில் உள்ள ஒரு மூவரில், யாராவது ஒருவர் தாக்கும் கோட்டிற்கு (Attack Line) உட்புற பகுதியில் முன்னே வந்து [அதாவது நடுக் கோட்டிற்கும் இடையில் உள்ள தாக்கும் கோட்டின் முன்புறமும். ஆடுகளப் படத்தைக் காண்க.] வலைக்கு மேலே பந்தை அடித்தல் கூடாது என்றும் முடிவு எடுக்கப்பட்டது. இதனால் விளையாட்டில் கட்டுப்பாடு அதிகமாக ஏற்பட்டது.

1923ஆம் ஆண்டு ஆடுகளத்தின் அளவு 25' × 60' லிருந்து ஆகக் குறைந்தது. 30' × 60' ஆட்டத்தை வெல்லுவதற்குரிய 'வெற்றி எண்கள்' 15லிருந்து ஒரு நூதன மாற்றத்தைப் பெற்றது. ஒரு குழு 14வது வெற்றி எண்ணை ஆடி வென்று விட்டால், அக் குழுவே வென்றதாகும். ஆனால், இரண்டு குழுக்களும் சேர்ந்தாற்போல, 'பதினான்கு' (Fourteen All)

என்று இருந்துவிட்டால், ஆட்டத்தில் வெற்றிபெற, மேலும் இரண்டு வெற்றி எண்களைத் தொடர்ந்தாற்போல் எடுக்க வேண்டும்.

உதாரணமாக, சேரன் குழுவும், பாண்டியன் குழுவும் ஆடுகிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். இருவருக்கும் '14 வெற்றி எண்கள்' என்று இருக்கிறது. இப்பொழுது சேரன் குழு வெற்றி பெற வேண்டுமானால், 14 வது வெற்றி எண்ணையும் 15வது வெற்றி எண்ணையும் தொடர்ந்தாற் போல் எடுக்க வேண்டும். 15வது வெற்றி எண்ணை எடுக்கத் தவறிவிட்டால், மறுபடியும் 14வது வெற்றி எண்ணுக்கே வந்துவிட வேண்டும்.

இந்த விதியும் இரண்டே ஆண்டுகள்தான் ஆட்டத்தில் இருந்தது.

1925ஆம் ஆண்டு இந்த விதியில் சிறிது மாற்றம் விளைந்தது. இரண்டு குழுக்களும் 14 என்ற வெற்றி எண்ணைப் பெற்றிருக்கும்பொழுது, வெற்றி பெற வேண்டுமானால், இரண்டு எண்ணிக்கை வித்தியாசத்தில்தான் வெற்றி பெற முடியும். ஆனால், அந்த இரண்டு வெற்றி எண்களையும் தொடர்ந்தாற் போல் எடுக்க வேண்டிய அவசியமில்லை. இடையிலே நிறுத்தியும் எடுக்கலாம். சான்றாக, ஒரு குழுவை மற்ற குழு வெல்லும் பொழுது வெற்றி எண்களின் நிலை 14—16; 15—17; 16—18 என்ற முறையில்தான் அமைந்திருக்கும். 14 என்ற வெற்றி எண்ணை விட்டு, 15க்கு வந்து விட்டால், மீண்டும் 14க்கே திரும்பப் போக வேண்டிய அவசியமில்லை, 15லிருந்து அல்லது 16லேயோ நின்று பின், வேண்டிய ஒரு வெற்றி எண்ணை எடுத்துக் கொள்ளலாம். ஆனால், 2 வெற்றி எண்கள் வித்தியாசத்தில்தான் வெற்றி அடைய வேண்டும் என்பதே விதி.

1937ஆம் ஆண்டு இன்னும் புதிய விதிகள் முகிழ்த்தன. எதிர்க்குழுவிலிருந்து ஒருவர் வலைக்கு மேலே பந்தை நிறுத்தி

வேகமாக அடிக்கும் பந்தை (Spiked Ball), எடுக்கின்ற மறு குழுவில் உள்ள ஒருவர், உடல்மேல் ஒருமுறைக்கு மேலே பந்து படுவதை அனுமதிக்கலாம். (Multiple Contact). அதாவது பந்தை எடுக்கும்பொழுது ஒரே சமயத்தில் கைகளிலுட., உடம்பிலும் படலாம்.

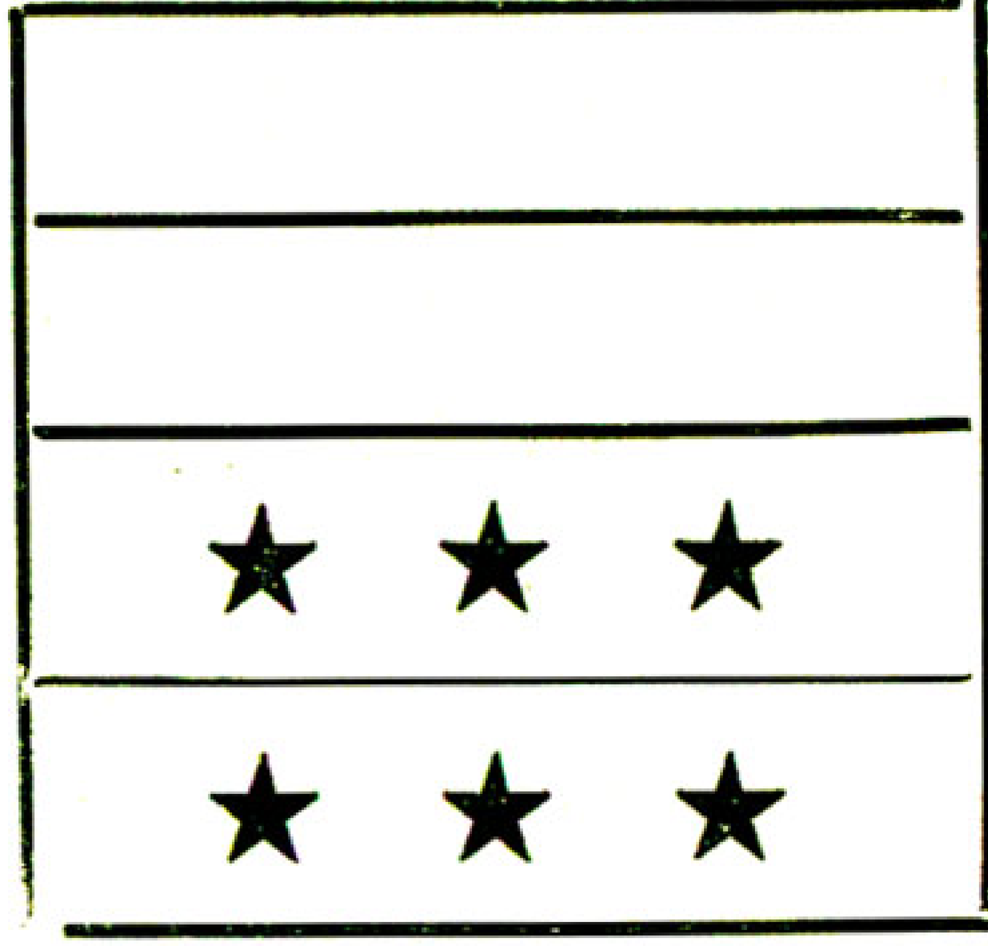
1938ஆம் ஆண்டு ஆட்டத்தில் மிகுந்த திறமைகள் ஏற்பட வழிவகுத்தது. ஒரு குழுவில் ஆடிப்பவர் (Spiker) வலைக்கு மேலே எகிறிப் பந்தை அடிக்கும்பொழுது, மறு குழுவில் முன் வரிசையில் உள்ள மூவரில், இருவர் மட்டும் கைகளை உயர்த்தி வலைக்கு அப்புறம் கைகள் போகாமலும், வலையைத் தொடாமலும் வைத்து, அவர் பந்தை அடிக்க முடியாதவாறு தடுக்கலாம் (Blocking) என்ற விதி பிறந்தது.

1941ல் இடுப்பிற்குமேல் (Above the Belt) பந்து உடம்பில் எங்கு பட்டாலும் சரியானது என்ற விதி மாறி, முழங்கால்களுக்கு மேல் உடம்பில் எங்கு பட்டாலும் சரி என்ற ஒரு விதி கொண்டு வரப்பட்டது. இப்பொழுது இடுப்பிற்குக் கீழ், பந்து பட்டால் அது தவறாகும்.

இவ்வாறாக, கால மாற்றத்திற்கும், ஆட்டத்தில் திறமைகளின் ஏற்றத்திற்கும், ஆடுவோர் நலனின் ஊட்டத்திற்கும் உதவிட, விதிகள் மாறி மாறி வந்து வளம் செய்தன. இன்னும் விதிகள் மாற்றப்படலாம். ஏனெனில், உலக நாடுகளின் ஆட்டத்திறன் நாளுக்கு நாள் உயர்ந்து கொண்டே போகிறது. பழையன கழிதலும், புதியனபுகுதலும் இயற்கை என்றாலும், இந்த ஆட்டம் நீடு வாழும். வளமை நிறைவுற சூழும். இதன் வழியே இன்பச் சூழ்நிலை உருவாகிக் கொண்டு தானிருக்கும்.

விளையாடும் முறை

கைப்பந்தாட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம் பந்தை தரையிலேவிழவிடாது, வலைக்கு மேலேயே இருக்குமாறு இரு பக்கமும் மாறி மாறித் தள்ளியும், அடித்தும், விளையாடிக்



கொண்டிருப்பதுதான். பந்து, கீழே விழுந்து விட்டால், அதை மீண்டும் விளையாடத் தகுதியுண்டாக்க, பந்தை உள்ளே எறிந்து ஆட்டத்தைத் தொடங்குதல் வேண்டும்.

ஒரு குழுவில், ஆடுவதற்கு 6 ஆட்டக்காரர்கள்தான் அனுமதிக்கப்படுவார்கள். 6 பேர் மாற்றுட்டக்காரர்களாக இருப்பார்கள். ஆட்டக்காரர்கள் 6 பேர்களில், (வலையின் அருகில்) முன் வரிசையில் மூன்று பேரும், பின் வரிசையில் மூன்று பேரும் நிற்க வேண்டும்.

சர்வீஸ் (Service) என்ற ஆங்கிலச் சொல்லுக்குத் தமிழில் போடுதல்-வழங்குதல் என்று பொருள். அன்றைய நாளில் பந்தை அடிக்கடி 'ஆட்டத்தில் போட்டு ஆடமுனைந்த பொழுது, எறிந்தோ, இட்டோ, அடித்தோ தான் எதிர்க் குழுவிடம் போட்டு ஆடினார்கள். இன்றோ 'சர்வீஸ் போடுவ திலேயே 'வெற்றி எண்களைப் பெறும் அளவுக்குக் கடுமையா கவும், வேகமாகவும், எதிர்க் குழுவினரால் எடுக்க முடியாத அளவுக்கு, திறமை வளர்ந்துவிட்டது. அதனால், போடுதல், வழங்குதல் என்று சொல்வதைவிட, பந்தை வேகமாக

அடித்து, ஆடுகளத்தின் மறு பகுதிக்கு அனுப்புவதால் நாம் சர்வீஸை இனி 'அடித்தெறிதல்' என்றே கூறுவோம்.

பந்தை 'அடித்தெறிவோர்' (Server) கடைக்கோட்டிற்குப் பின்னே நின்று கொண்டு தான் பந்தை அடிக்க வேண்டும். இதில், ஒரு முறை தவறி விட்டால், மறு முறை அவருக்கு 'அடித்தெறியும்' வாய்ப்புக் கொடுக்கப்பட மாட்டாது. கையை விரித்தோ அல்லது மடித்தோ, மூடிக் கொண்டோ, அவரவர்கள் வசதி போல பந்தை அடிக்கலாம். அப்படிப் பந்தை அடித்தெறியும்பொழுது, ஒரு கையால் தான் அடிக்க வேண்டும். இப்படி அடிக்கப்படும் பந்து, வலைக்கு மேலே கடந்து, எதிர்க் குழுவினரின், எல்லைக்குள்ளே சென்று விழுதல் வேணடும். (தெளிவுக்காக, '**பொதுவான தவறுகள்**' என்ற பகுதியில் விவரங்களைக் கண்டு தெளிக). இதில், தவறினால், அடித்தெறியும் வாய்ப்பு மறு குழுவினருக்குச் செல்கின்றது.

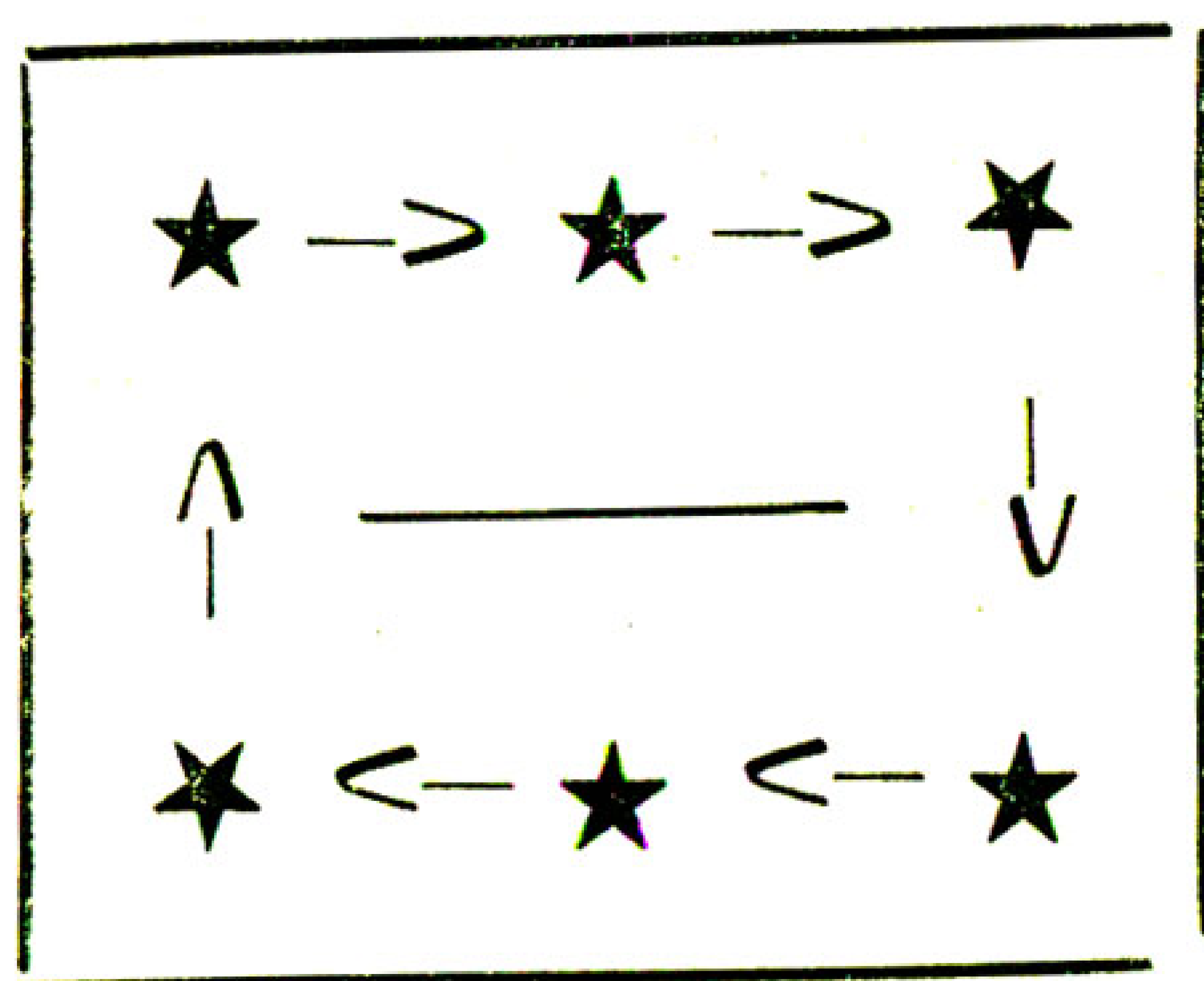
ஒரு குழு, வெல்லுவதற்கு வேண்டிய முறையான வெற்றி எண்ணைப் பெற (Point) வேண்டுமானால், முதலில் பந்தை எதிர்க் குழுவினரிடம் விதிப்படி அடித்தெறிந்து, பின்னர் தொடர்ந்து தன்னுடைய பகுதியில் (Half) பந்து கீழே விழாமல் ஆடி, வலிமையாகவோ அல்லது சாமர்த்தியமாகவோ எதிர்க்குழுவினரைத் தவறிடச் செய்து, மறுமுறை அடித்தெறியும் வாய்ப்பைப் பெற வேண்டும். இவ்வாறு பெறுகின்ற ஒவ்வொரு தடவையும், ஒரு 'வெற்றி எண்' அவர்களுக்கான 'வெற்றி எண் பட்டியலிலே' (Score Sheet) இடம் பெறுகிறது.

பந்தை விரல்களினால் தள்ளலாம்; கையினால் குத்தலாம்; அடிக்கலாம்; ஆனால் பிடித்து எறியவோ, சேர்த்துத் தள்ளவோ (Pushing), கைகளில் ஏந்தவோ (Carrying or rest) மற்றும் உடலின்மேல் உருளச் செய்வதோ கூடாது. ஒருவர் பந்தைத் தொடர்ந்தாற்போல், இருமுறை தானே

தொட்டு ஆடவும் கூடாது. ஒரே முறைதான் தொட்டு ஆடலாம்.

தன் குழுவில் இன்னொருவர் தொட்டு ஆடிய பிறகு, இரண்டாவது தடவையாக மீண்டும் ஆடலாம். மூன்று முறை பந்தை தொட்டு விளையாடி, வலைக்கு மறுபுறம் உள்ள குழுவிற்கு அனுப்ப ஒரு குழுவிற்கு அனுமதியுண்டு. அதற்கு மேல் தொட்டால் தவறாகும். மூன்றுக்கும் குறைவாகத் தொட்டு விளையாடி, எதிர்க்குழுவினருக்கு அனுப்பினால், அது தவறில்லை.

பந்தை ஆட்டத்தில் தவற விட்ட குழுவினருக்கு எதிராக, மறு குழுவினர் பந்தை 'அடித்தெறிவார்கள்'. (Service). இப்படி 'அடித்தெறிதல்' ஆரம்பமாவதற்கு முன்னர், அந்தக் குழுவில் உள்ளவர்கள் இடம் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும். அந்த மாற்றம், கடிகாரம் சுற்றும் வழியைப் போல் 'சுற்று முறை' (Rotation) அமைய வேண்டும்.



எந்தக் குழு முதலில் 15 வெற்றி எண்களைப் பெறு கின்றதோ, அக்குழுவே வென்றதாகும். இரண்டு குழுக் களும் 14 என்று இருந்தால், ஒரு குழு வெற்றி அடைவதற்கு மற்றக்குழுவை விட 2 எண்ணிக்கை அதிகமாக எடுக்க வேண்டும்.

பந்து கையினுல்தான் அடிக்கப்பட வேண்டும். வேறு எந்த விதமான மட்டைகளையோ (Bats) கோல்களையோ (Sticks) இங்குப் பயன் படுத்தக் கூடாது.

இனி விளையாடும் பொழுது ஏற்படக்கூடிய பொதுவான சில தவறுகளைக் காண்போம்.

1. பொதுவான தவறுகள் (Common Fouls)

அடித்தெறிதல் (Service) நிகழும் போது கீழே காணும் தவறுகள் நடந்தால், அடித்தெறியும் வாய்ப்பு உடனே எதிர்க்குழுவினருக்குத் தரப்படும். இவர்களும் தவறினுல், அடித்தெறியும் வாய்ப்பை இழப்பர். அடித்தெறியும் வாய்ப்பு இவ்வாறு இரண்டு குழுக்களுக்கு இடையே மாறி மாறி வரும்.

1. வலைக்குக் கீழே பந்து போகுதல் (under the net);

2. பந்து வலையைத் தொட்டு விடுதல் (Touching the net);

3. வலைக்கு மேலே சென்று எதிர்க் குழுவினரின் எல்லைக்குள் விழாது, எல்லைக்கோட்டிற்கு வெளியே சென்று விழுதல்.

4. வலைக்கு இருபுறமும் கட்டியிருக்கும் வெள்ளை நாடாவிற்கு (White tape) வெளியே பந்து சென்று, பிறகு எதிர்க் குழுவினரின் பகுதியில் உள்ளே வந்து விழுதல்.

5. ‘அடித்தெறிபவர் (Server) தன் ஆட்ட எல்லைக் கோட்டை (End line) மிதித்துக் கொண்டு நின்ற வண்ணம் பந்தைப் போடுதல்.

6. அடித்தெறிபவர் குழுவைச் சேர்ந்தவர்கள் எல்லோரும், தங்களுக்கு உரியதான இடத்தில் நிற்காமல், தாறுமாருக நின்று கொண்டிருத்தல், (Not in Position).

7. பிறருக்குரிய அடித்தெறியும் வாய்பைத் தெரிந்தோ தெரியாமலோ தனதாக்கிக் கொண்டு விடுதல். தெரியாமல் நடந்திருந்தால் முதன் முறை மன்னிக்கப்படுவார், மீண்டும் தவறு செய்தால் வாய்ப்பு மறு குழுவுக்குச் செல்லும்.

2. பந்தை எடுத்து விளையாடும்பொழுது ஏற்படும் தவறுகள்

1. பந்தைக் கைகளுக்கிடையே ஏந்துதல் (Scoop)

2. பந்தைக் கைகளினுல் மெதுவாக ஏந்தியபடி உயர்த்துதல் (Lifting).

3. பந்தை மெதுவாக முன்னேக்கித் தள்ளுதல் (Shove).

4. பந்தோடு ஒட்டியபடியே கைகளும் தொடர்ந்து கூடவே வருதல் (Follow the ball);

5. உள்ளங்கைகளுக்கிடையே பந்து படுமாறு விட்டு விட்டு, நொடி நேரம் தங்குமாறு வைத்து ஆடுதல் (Rest);

6. தானே இரண்டு முறைத் தொடர்ந்தாற் போல் பந்தைத் தொட்டு விளையாடுதல்.

7. இடுப்பிற்குக் கீழே பந்தைத் தன்மேல் தொட விடுதல் [Below the belt];

8. ஒரு குழுவினர் நான்கு முறை தொட்டு விளையாடி, எதிர்க்குழுவினரின் பகுதிக்குப் பந்தை அனுப்புதல்;

9. விளையாடும் பொழுது வலையைத் தொடுதல்;

10. விளையாடும் பொழுதே நடுக்கோட்டின் [Centre line] மேல் கால் வைத்து, எதிர்க்குவினரின் பகுதியைத் தொட்டு விடுதல்;

11. பின் வரிசையில் [Back Row] நின்றிருக்கும் ஆட்டக் காரர் ஒருவர், 'தாக்கும் கோட்டின்' உட்புறப் பகுதியில் வந்து, பந்தைக் குதித்து அடித்தல்.

12. வேண்டுமென்றே 'சுற்றும் முறையில்' இடம் மாறி ஆடுதல்;

13. பந்தை வெள்ளை நாடாவிற்கு வெளிப்புறமாக எதிர்க்குழுவிற்குத் தள்ளி விளையாடுதல்.

தண்டனை : இத்தகைய தவறுகளுக்கு, பந்தை அடித் தெறியும் குழுவாக [Serving Team] இருந்தால், அடித் தெறியும் வாய்ப்பை இழக்கும். மறுகுழுவினர் தவறு செய்திருந்தால், அடித்தெறியும் குழுவினர்க்கு ஒரு வெற்றி எண் கிடைக்கும்.

3. பந்தை அடித்தாடும் பொழுதும், தடுத்தாடும், பொழுதும் நிகழும் தவறுகள் [Attack and Blocking]

பந்தை அடிக்கும் பொழுது :—

1. பந்தை உள்ளங்கையில் வைத்துக் கீழ் நோக்கி அழுத்துதல் [Carrying]

(வலேக்கு மேல் எழும்பிக் குதித்து இரு கைகளாலும் பந்தை வேகமாகத் தள்ளுதல் [Pushing];

3. வலையைத் தாண்டி மறுபுறம் கையை விட்டு, பந்தை அடித்தல் [Crossing];

4. பந்தை அடித்து விட்டுக் கீழே குதிக்கும் பொழுது, வலேயைத் தொட்டோ அல்லது இழுத்தோ விடுதல்; நடுக்கோட்டைக் கடந்து மறுபகுதியில் காலூன்றுதல்;

5. பின் வரிசையிலிருந்து முன் வரிசைக்கு வந்து அடிக்கவும், தடுக்கவும் பங்கு பெறுதல் எல்லாம் தவருகும்.

அடிப்பதைத் தடுக்கும் பொழுது

கைகளே உள்ளே விட்டுப் பந்தை அடிப்பதைத் தடுப்பதும், தடுக்கும் பொழுது வலேயைத் தொடுவதும், நடுக்கோட்டைத் தொட்டு மறு பகுதியை மிதிப்பதும், தடுக்கும் விதியை மீறுவதாகும்.

தண்டனே : இவ்விதத் தவறுகளுக்கு, பந்து எதிர்க் குழுவினருக்குப் போய்ச் சேரும். இவ்விதத் தவறுகள் ஆட்ட நேரத்தில் சாதாரணமாக நிகழக்கூடியவைகளே, ஆனல், இவைகளைத் தவிர்த்து ஆடினல் வெற்றி நல்ல முறையில் அமைந்துவிடும்.

4. ஆட்டக்காரர்கள் செய்யும் தவறுகள்

1. ஆட்டத்தின் விதிகளுக்கு அடங்கி நடக்காதிருத்தல்.

2. நடுவர்களே மதிக்காமல் முரண்பட்டுப் பேசுதல், நடத்தல்.

3. எதிர்க் குழுவினரின் மனம் புண்படும்படிப் பேசுதல்.

4. ஆட்ட இடைவேளையில், ஓய்வு நேரத்தில் [Interval and Time-Out] ஆடுகளத்தின் எல்லையை விட்டு நடுவரின் அனுமதியின்றி வெளியே செல்வதும், மற்றவர்களுடன் பேசுவதும். இன்னும் மற்றவர்களையும் ஆடுகளத்திற்குள் அழைத்துப் பேசுதல்.

5. மூன்றுவது முறையாக வேண்டுமென்றே 'ஓய்வு நேரம்' கேட்டல்.

6. பெருந்தன்மையோடு நடந்து கொள்ளாமல், ஆடுதல்.

7. ஆட்டத்தின் நடுவிலே பிறருடைய கவனத்தை ஈர்த்து, ஆட்டத்தை கெடுப்பது போல், கத்திக் கொண்டு ஆடுதல்.

இதுபோன்ற தனி மனிதரின் தவறுகளுக்கும், பொறுப்பான ஆட்டக்காரர் தனிப்பட்ட முறையில் நடுவரால் எச்சரிக்கப்படுவார். மீண்டும் அவர் தான் செய்த தவறையே திரும்பச் செய்தால், அவருடைய குழுவுக்கு 'வெற்றி எண்' குறைக்கப்படும். 'அடித்தெறியும்' வாய்ப்பும் மாற்றப்படும். இன்னும், அவரை ஆட்டத்தை விட்டே வெளியேற்றி விட, நடுவருக்கு முழு அதிகாரம உண்டு.

இவ்வாறு தவறுகளை நீக்கித் தன்மையுடன் ஆடினால் தான், ஆட்டம் சிறக்கும். ஆடுவோருக்கும் உற்சாகம் பிறக்கும். பார்வையாளர்களின் மனமும் களிக்கும்.

தவறு செய்வது இயற்கையென்றாலும், தவறு என்று தெரிந்ததைத் தவிர்த்து ஆடுவதுதான் பண்பாடு. தெரியாமல் நடக்கும் தவறைபற்றி இங்கு குறை கூறவில்லை. இயன்ற வரை தனி மனிதரின் குறைபாடுகள் தலை

காட்டாமல் இருக்க வேண்டும் என்பதே விளையாட்டின் நோக்கம். நல்ல பண்பாட்டினை வளர்க்க உழைப்பதுவே ஆட்டத்தின் நோக்கம். நோக்கம் வெற்றி பெற, ஆடுவோர் முயல வேண்டும். முயன்றால் முடியாதது உண்டோ!

திறன் நுணுக்கங்கள் (Techniques)

ஒவ்வொரு ஆட்டத்திலும் உள்ள சிறந்த திறன் நுணுக்கங்களைக் கற்றுத் தெளிந்து, அதன்வழி ஆடினால்தான், நாம் ஆடப் புகுந்த நோக்கம் நிறைவேறும். அடிப்படைத் திறன்களை நாம் அறியாமலும், அறிந்த பிறகு ஆடத் தெரியாமலும் இருந்தால், ஆடுகின்ற நமக்கும், நம்முடன் சேர்ந்து ஆடுகின்ற குழுவினருக்கும் வருத்தமும் துயரமும் ஏற்படுவது இயல்பே.

கைப்பந்தாட்டத்தில் காணுகின்ற திறன் நுணுக்கங்கள் எல்லாம், பார்ப்பதற்கும் படிப்பதற்கும் எளிதாகவே இருக்கும். ஆனால், ஆடும் பொழுது பயிற்சி குறைந்திருக்கும் காரணத்தால், விரல்களுக்கு வலியும், வேதனையும், சில நேரங்களில் விரல்களில் சுளுக்குக்கூட வந்துவிடும். வருவதும் இயற்கையே. இந்த வேதனையைத் தவிர்க்க, பந்தை எடுக்கும் முறை, அடிக்கும் முறை, முதலியவற்றை அறிந்து, புரிந்துகொண்டு ஆட வருவது சிறப்பாகும்.

ஏனெனில், ஆட்டத்தின் நோக்கமே இதுதான். முதலில், ஆட்டத்தில் வெற்றி பெறுவதைவிட, அந்த ஆட்டத்தைச் சிறப்பாக ஆடுவதைவிட, அந்த ஆட்டத்தை மனமார விரும்புவதே சிறப்புடையதாகும். அதுவே கடமையுமாகும். ஆட்டத்தை விரும்பிய உள்ளம், ஆட்ட நுண் திறன்களைக் கற்றுக் கொள்கின்ற வழிகளில் இரண்டறக் கலந்து விடுகிறது. கற்றுத் தெளிந்துப் பழகி விட்டால் பின் ஆட்டம் சிறக்காதோ?

ஆகவே, ஆடுவதற்கு முன், ஆட்டத்தை உண்மையோடு விரும்பி, உளமாரக் கலந்து அதில் பற்றும் பாசமும் வைத்து ஆட முயல வேண்டும். "வெற்றி நமக்கு முக்கியமல்ல. விளையாட்டிலே பெறும் இன்பம், மன அமைதி, மற்றும் தோழமைதான் முக்கியம்" என்ற கொள்கையைப் பின்பற்ற வேண்டும். புகழும் பெயரும் நாம் வலிய தேடி முயல்வதால் மட்டும் வந்துவிடாது.

ஆட்டத்தில் நாம் காட்டுகின்ற ஆர்வம், விதிகளுக்கு அடங்கியக் கட்டுப்பாடு, எதிர்க் குழுவினருடன் நாம் நடந்து கொள்கின்ற பெருந்தன்மையான அன்பும் பரிவும், தோழமை உணர்ச்சியும்தான் பெருமையைத் தேடித் தரும். இவைகளால் ஆட்டத்திலும் வெற்றி காணலாம். ஆட்டம் காண வந்த மக்கள் கூட்டத்திலும் வெற்றி காணலாம். அதனுல்தான் ஆட்ட வல்லுநர்கள் விளையாட்டில் பற்று வை (Love the Game) என்று அடிக்கடி கூறுகின்றனர்கள். இனி ஒரு சில திறன் நுணுக்கங்களைக் காண்போம்.

பந்தைக் கையாளுதல் (Handling the Ball)

கைப் பந்தாட்டத்தின் அடிப்படைத் திறன் நுணுக்கமே பந்தைத் தொட்டு விளையாடுகின்ற முறை தான். பந்துக்கும் விரல்களுக்கும் கைகளுக்கும் நெருங்கிய உறவு இருப்பதன் காரணத்தால் தான் 'பந்தைக் கையாளுதல்' எவ்வாறு என்ற தலைப்பு இங்கு சேர்க்கப்பட்டிருக்கிறது.

பந்தைக் கையாளுதல் என்றால் விரல்களால் பந்தைத் தள்ளி விளையாடுதல் என்றே நாம் பொருள் கொள்ள வேண்டும். அடிப்படையில்லாத கட்டிடம் ஆட்டம் கொடுத்து விடும் என்பார்கள். அது போல, அடிப்படையாக உள்ள பந்தைக் கையாளும் முறையைக் குறைவறக் கற்றுத் தேருவிடில், சிறப்பாக ஆட முடியாது.

விரல்களால் பந்தை எதிர் நோக்கித் தள்ளும் பொழுது, விரல்கள் மட்டும் பயன்பட்டு ஒத்துழைப்பதில்லை. விரல்கள் விரிந்து, குவிந்து கோப்பை (cup) போன்ற வடிவத்தில் இருக்க, முன் கைகள் சிறிது பின் தங்கி வளைவது போல் வளைந்திருக்க, முழங்கால்களும் (Knees) சிறிது வளைந்திருக்க, விழிகள் பந்தை நோக்கியே பார்த்திருக்க, இவ்வாறு



உடல் முழுமையும் ஒன்று பட்டு இணைந்து (Co-ordination) செயல் படுகின்ற நிலைமையை நாம் காண முடிகின்றது. ஆகவே கைகளுடன் உடல் முழுமையும் சேர்ந்து 'ஒன்று படும்' (Co-ordination) தன்மையை நாம் பெறுவதற்கு அதிகப் பயிற்சி பெற வேண்டும்; உழைப்பில் வாரா உறுதிகள் உளவோ!

விரல்களாலேயே பந்தை எடுக்கிறோம். இதைப் 'பந்தை எடுத்தல்' (Finguring the Ball) என்கிறோம். இவ்வாறு எடுத்த பந்தைத் தன் குழுவினரிடம் கொடுப்பதைக் 'கொடுத்தல்' (Passing the Ball) என்கிறோம். கொடுத்ததை பெற்றுக் கொண்ட மற்ற ஆட்டக்காரர், தன் குழுவில் அடிப்பவரிடம் (Spiker) தருவதற்காகப் பந்தை உயர்த்தித் தருவதை 'அமைத்தல்' (Set-up) என்கிறோம். ஆக மூன்று முறை பந்தைத் தொட்டு ஆடக் கூடிய வாய்ப்பைப்

பயன்படுத்தி, எடுத்துக் கொடுத்து, அமைத்து, அடிக்கச் செய்யும் ஆட்டமே சிறந்த ஆட்டமாகும்.

பந்தை எடுக்கும் பொழுது விரல்களிலுள்ள சதைப் பாகத்தினுல் எடுத்துத் தள்ளியே ஆட வேண்டும். உள்ளங் கையால் பந்தை எடுத்து ஆடினுல், பந்து நம்முடைய கட்டுப்பாட்டுக்கு கீழ் வராது. இன்னும் ஆட்ட விதிகளின் படி, பந்து அந்த இடத்தில் பட்டால் தேங்கிடும் (Best) ஒரு வித ஒலியும் கிளம்புவதால், அது தவறென்றே கருதப்படும். கைகளின் அடிப்பாகத்தில் (Heel of the hand) பந்தைக் குத்தினுல் நாம் நினைக்கின்ற இடத்திற்குப் பந்தை அனுப்ப முடியாது. எனவே, எல்லாவிதமான நன்மைகளையும் அளித்து, ஆட்டத்தை அழகு படுத்துவது, விரல்களின் சதைப்பாகத்தால் பந்தை எடுத்து ஆடுவதே ஆகும்.

பந்தை எடுத்தாடும் முறை (Finguring the ball)

மேலே சொன்ன முறைப்படி, பந்தை விரல்களினுல் தான் தள்ளி ஆட வேண்டும். விரல்களினுல் எடுத்து ஆடும் பொழுது நாமே திருப்தியுற்ற ஒரு நல்ல உணர்ச்சியைப் பெறுகின்ருேம். ஆட்ட நேரத்தில் விரல்களினுல் எளிதாகவே பந்தை எடுத்துத் தள்ளி ஆடக்கூடிய நிலைமை எப் பொழுதேனும் ஒரு சில சமயங்களில்தான் வரும். பந்து உயரமாகவும் வரும்; தாழ்வாகவும் வரும். இந்த நேரங்களில் எப்படி எப்படிக் கைகளைப் பயன்படுத்தி ஆட வேண்டும் என்ற உண்மையைத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

உயரமாக வரும் பந்து (High Ball) என்ருல், சாதாரண மாக நமது மார்பளவுக்கு மேலாக வரக் கூடியதாகும். இவ்வாறு வரக்கூடிய உயரமான பந்தை, மெதுவாக, அவசரமின்றி, நமது வசதி போல் இருந்து எடுத்து விளையாடலாம். “கைகளிரண்டையும் முன்னே நீட்டி, முழங்

கைகளைச் சிறிது மடக்கினாற் போல் வைத்து, இடது காலைச் சௌகரியப்படி ஒரு தப்படி முன்னே இருத்தி, பத்து விரல் களிலும் பட்டுக்கிளம்புமாறு விறைப்பாகக் கைகளைவைத்து, மார்புக்கு மேலேயே முன் தள்ளி ஆட வேண்டும்.'' இவ்வாறு பந்தை எடுப்பது எளிது. நாம் பந்தை எடுத்துத் தள்ளி ஆடுவதற்கு நேரமும் வசதியும் நிறையக் கிடைக்கும்.

'கீழாக வரும் பந்து' (Low ball) என்றதும் தரையோடு தரையாக வரும் பந்து என்று பொருள் அல்ல. எளிதாக,



சௌகரியமாக எடுக்கக் கூடிய மார்பளவு உயரத்திலிருந்து, கொஞ்சம் கீழே இடுப்பளவு, அதற்குக் கீழே தாழ்ந்து வருவதையே கீழாக வரும் பந்து என்கிறோம்.

முன்பு கூறிய நிலை போல, இந்தப் பந்தை எடுக்க முடியாது. வேறு முறையில்தான் எடுக்க வேண்டும். கீழாக வரக்கூடியப் பந்தைக் குனிந்து தரையில் முழங்கால்களை மடித்தபடி (கைகளை முன்பு சொன்ன முறைப்படி) எடுக்கலாம். இன்னும் கீழாக வரும் பந்தை உள்ளங்கைக்கு மேற்புறத்தில் உள்ள மேடான பாகத்தில் (ஏந்துவது போல)

அடிக்கலாம். பந்துக்கும் கீழாக விரல்களைக் கொண்டு சென்று, மேலே பந்தைத் தூக்கித் (lifting Motion) தள்ளுவது கடினம். அப்படித் தள்ளினாலும், கையில் பந்து தேக்கமுற்றது (Rest) என்ற தவறுக்கு ஆளாக நேரிடும்.

இன்னும் இந்த முறையில், நாம் நினைத்த இடத்திற்குக் குறிப்பாகவும் சரியாகவும் பந்தை அனுப்ப முடியாது. ஆகவே, கீழாக வரும் பந்தை, முடிந்த வரை மண்டியிடும் நிலையிலாவது, தரையில் மண்டியிட்டாவது, அதுவும் முடியாமற் போனால், கையைத் தாழ்த்திக் கீழிருந்து மேல் நோக்கி அடிக்கும் முறையிலாவது (under hand pass) எடுக்க வேண்டும்.

குறிப்பு : இப்பொழுதெல்லாம் விரல்களில் பந்தை விளையாடாமல், இருகைகளிலும், அதாவது முழங்கையி லிருந்து மணிக்கட்டுப் பகுதிக்கும் இடைபட்ட பகுதிகளில் தான் பந்தெடுத்து ஆடுகின்றனர்.

பந்தைக் கொடுக்கும் முறை (Passing the Ball)

பந்தைக் கொடுத்து ஆடுகின்ற ஆட்டத் திறமையே ஆட்டத்தின் முக்கியத் திறமையாகும். அடித்தெறிவதி லிருந்து வருகின்ற பந்தை எடுத்து முன் வரிசையில் இருக்கும் 'அமைப்பாளருக்கு'க் (Lifter or Booster) கொடுக்கும் நிலையைத்தான் 'கொடுத்து ஆடுதல்' என்கிறோம். இவ்வாறு கொடுத்து ஆடுவதற்காகவே, ஒரு குழுவினர் பந்தை வலைக்கு அப்பால் அனுப்புவதற்கு முன்பு 'மூன்று முறைத் தொட்டு ஆடலாம்' என்ற விதி இணைக்கப்பட்டிருக்கிறது.

முதல் முறையாக எடுத்த பந்தை அடுத்துத் தொடர்பாகத் தொடுபவர் 'அமைப்பாளராகவே' இருக்க வேண்டுவது மரபு. ஏனெனில், அமைப்பாளர் உயர்த்திக்

கொடுத்த பந்தை, மூன்றுவது தடவையாகத் தொட்டு ஆடுபவர் 'அடிப்பவராக'த் (Spiker) தான் இருக்கவேண்டும். இதே போல்தான் பொதுவாக ஆட வேண்டிய முறையில், சில நேரங்களில் இரண்டு தடவையாலும், ஒரு தடவை யாலும் பந்தை வலைக்கு அப்பால் அனுப்ப வேண்டிய சூழ் நிலை அமையும். இருந்தபோதிலும், கொடுத்து ஆடுகின்ற ஆட்டத்தில்தான் நிதானமும், அமைதியும், வெல்லுவதற் கேற்ற சூழ்நிலையும், அடித்து ஆடக்கூடிய வாய்ப்பு அதிக மாகவும் கிடைக்கும்.

'கொடுத்தல்' என்பதிலிருந்து, வருகின்ற பந்தினை எடுத்து, மற்றவருக்குக் கொடுத்தல் அல்லது வழங்குதல் (Supply) என்று நன்றுக அறிய முடிகிறது, இடுப்பளவுக்குக் கீழாக வரக் கூடிய பந்தை, சாதாரணமாக வரும் பந்தை எடுப்பது போல் திருப்திகரமாக எடுத்துக் கொடுத்து ஆடுவது இயலாததொன்று. பந்துக்குக் கீழ்ப்பாகத்தில் விரல்களைக் கொண்டு உயர்த்தி ஆட முயன்றுலும், 'தேக்க முற்றது' என்ற தவறு உண்டாகும்.

இதுபோன்ற இக்கட்டான நிலையைத் தவிர்க்க, ஒருசில முறைகள் இன்று கையாளப்பட்டு வருகின்றன. இரண்டு கை விரல்களையும் மடக்கிக்கொண்டு, உள்ளங்கையின் அடிப் பாகத்திலும் [மணிக்கட்டை (Wrist) ஒட்டியவாறு இருக்கும் சதைப்பற்று மிகுந்த இடம்], முன் கைகளுக்கும் மூடிய விரல்களுக்கும் இடையிலுள்ள இடங்களிலும் பந்து விழுமாறு ஏந்தி எடுத்துத் தாங்கள் அனுப்ப வேண்டிய இடத்திற்கு அனுப்பி விடுகின்றனர்.

நேராக வரும் பந்தை மேற்சொன்ன முறையிலும் எடுக்கலாம். பக்கவாட்டில் பந்து சென்றுலும், இரு கைகளையும் பக்கவாட்டில் கொண்டு சென்று எடுக்கலாம். எட்டாத தூரத்தில் பந்து சென்றுலும், முன்புறமாகக் கைக்கெட்டாது விழுந்தாலும், ஒரு கையை நீட்டி எடுக்க

லாம். முன்னல் பாய்ந்து சென்று முக்குளிப்பவர் (Diving) போன்று விழுந்து எடுக்க முயலலாம்.

இவ்வாறு எடுக்கப்படும் பந்து வலைக்கு மறுபுறம் போய்ச் சேரலாம். ஆனல் குறியாக செல்லுமா என்றல், அது அவரவர் பயிற்சியையும், பழக்கத்தையும் பொறுத்துத்தான் அமைகிறது. ஆகவே அடிக்கும் பந்தை எடுக்கவும், அடித்தெறிகிற பந்தை எடுக்கவும், கொடுக்கவும் நன்கு தன்னைத் தயார் செய்து கொள்வது ஆட்டக்காரர்களின் தலையாய கடமையாகும்.

அமைத்தல் அல்லது உயர்த்தித் தருதல் (Set up or lift)

முதலாவதாக ஒருவர் எடுத்துக் கொடுத்த பந்தைத் தொடுகின்ற வாய்ப்பை, முறைப்படி (இரண்டாவது தடவை) பெறுகின்றவரே அமைப்பாளர் ஆவர். இக்கட்டான நேரங்களில் இவர், கைகளுக்குப் பந்து கிடைக்காமலேயே போகலாம். அதைப் பற்றிய பிரச்சினை இங்கு இல்லை, சாதாரண நிலையில் இவர் கைக்குத்தான் பந்து வந்து சேரும். அப்படி தரத்தான் எல்லோரும் விரும்புவர்.

மூன்றுவது தடவையில் அடித்து முடிக்கின்ற பணியாற்றும் 'அடிப்பவருக்கு' (Spiker) அடிப்பதற்கேற்ற வாறு, பந்தை வலைக்கு மேலே, நன்றாக உயர்த்தித் தந்து அடிக்கின்ற வாய்ப்பையும் சூழ்நிலையையும் அமைத்துத் தருவதால்தான் அவரை 'அமைப்பாளர்' என்று அழைக்க வேண்டியதாயிற்றென்க.

பிறர் எடுத்துத் தருகிற பந்து சரியாக வந்தாலும், வராது போனலும், நல்ல முறையிலே, பந்தை அடித்து முடிப்பதற்கேற்றவாறு இயன்ற வரையில் பந்தை உயர்த்தித் தர முயல்வது இவரது பணியாகும். பந்திற்காக ஆடியும்,

அலைந்தும் பெற்று, பின் உயர்த்தும் நிலையில் ஒழுங்குபடுத்தித் தருகின்ற கடமையை ஆற்றித் தன் உதவியால், தன்குழுவை முன்னேற்றிச் செல்கின்ற வாய்ப்பையும், பெருமையையும் இவர் அடைகின்றார். அடிப்பவருக்கு ஏற்ற முறையில், 'தடுப்பவர்கள்' (Blockers) இல்லாத இடமாகப் பார்த்துத் தேவையான நிலைமையில் பந்தை உயர்த்தியும், தாழ்த்தியும் தருகின்ற கடமை அமைப்பாளரைச் சேர்ந்தது.

உயர்த்தித் தருவது என்றால் சாதாரணமாக உயரே பந்தை நேரே தள்ளி ஆடுவது போலத் (Chest Pass) தான். இங்கு அமைக்கும் முறையில் பந்தை விரல்களினால் தள்ளுவதில் மிகுந்த கட்டுப்பாடும் (Ball Control), மதி நுட்பமும் (Presence of Mind) கால் திறன் (Foot work) விரல்களின் சிறந்த ஒத்துழைப்பும் அதிகமாகத் தேவைப் படுகின்றன. உயர்த்தி அடிப்பதற்கு ஏற்றவாறு பந்தினை அமைக்கும் முறையில் பல நிலைகள் உள்ளன.

வலைக்கு மேலே பந்தை உயரமாக நிறுத்திக் கொடுத்தல் (High Lift); வலைக்கு மேலே ஒரு அடி அல்லது அதற்கும் குறைவாக உயரம் இருக்கும்படி உயர்த்திக் கொடுத்தல் (Short Lift); வானவில்லைப் போன்று வளைவாக இருக்கும்படி வலையின் ஒரு கோடிக்குப் போகுமாறு பந்தை உயர்த்திக் கொடுத்தல் (ArchLift); வலையின் உயரத்திற்கு மேல் மூன்று நான்கு அடிகள் அப்பால் இருக்கும்படி உயரமாக பந்தை நிறுத்திக் கொடுத்தல் (Away Lift); பந்தை நேரே உயரமாக நிறுத்திக் கொடுத்தல (Vertical Lift).

இத்தனை அமைப்பு முறைகளிலும் நேரத்திற்கும் சூழ் நிலைக்கும் ஏற்றவாறு ஒரு முறையைக் கடைபிடித்து அமைப் பாளர் செய்ய வேண்டும். பந்தைக் கையாளுவதில் மிகமிகத் தேர்ச்சி பெற்றவரே இவ்வாறு உயர்த்தி அமைக்கும் பணியில் சிறப்பாக செய்ய முடியும்.

இல்லையேல் அமைப்பு முறை, சரியாக வராது. கையில் பந்து தேக்கமுற்றது என்ற தவறு அடிக்கடி நேரிடும். வலைக்கு மறுபுறம் பந்து அடிக்கடி செல்வதற்கும், மறு குழுவில் உள்ள 'அடிப்பவருக்கு' ஏற்ற முறையிலும் அமைந்து, அவர்களுக்கு வெற்றி எண்ணைப் பெற்றுத் தர உதவியும் செய்து விடும்.

இன்னும் வலைக்கு அப்பாலும், அடிப்பவருக்குப் பின்னாலும், அமைப்பாளருக்குப் பின்னாலும் பந்து சென்றால், அடிப்பவரால் சரியாக அடிக்க முடியாது. அதனால் வெல்லு வதற்குரிய வாய்ப்பை இழக்க நேரிடும். ஆகவே, இந்தத் திறனில் சிறந்தால்தான் ஆட்டத்தில் இன்னும் செழுமையையடைய முடியும்.

அடித்தெறிதல் (Service)

ஆட்டத்தைத் தொடங்குவதற்காக, முதன் முதலில் ஒரு குழுவினரால், (ஒருவரால்) இன்னொரு குழுவிற்குப் பந்தை அடித்துப் போடப்படுகின்ற நிலைக்கே 'அடித்து எறிதல்' என்று பெயர். கடைக் கோட்டிற்கு வெளியே, அங்கு 3 மீட்டருக்குள் அடித்தெறியும் எல்லையை (Serving area)விட்டு, வெளியே அப்பால் போகாமல் நின்று, வலையின் மீதோ அல்லது கம்பங்களின் மீதோ பந்து படாமல், எதிர்க் குழுவினரின் பகுதியில் உள்ளேயாவது, கோட்டிலாவது விழுகின்றவாறு போடப்படுவதே சரியான 'அடித்து எறிதல்' ஆகும்.

கைப்பந்தாட்டம் தோன்றிய சில நாட்களில் 'அடித் தெறிதல்' அவ்வளவு சிறப்பான இடத்தைப் பெறாமலேயே இருந்து வந்தது. ஆட்டத்தை ஆரம்பித்து வைப்பதற்காகவே இந்தமுறை இருக்கிறது என்றே எல்லோரும் கருதி வந்தனர். அந்த நாளில் 'அடித்தெறியும்' நிலையில் ஒரு சில விதிகள் பின்பற்றப்பட்டு வந்தன.

அடித்தெறிபவர் கடைக் கோட்டின் மேல் ஒற்றைக் காலில் நின்று கொள்ள வேண்டும். கையாலேயே பந்தைத் தட்ட வேண்டும். அவருக்கு இரண்டு முறை 'அடித்து எறியும்' வாய்ப்பு உண்டு.

இப்பொழுது டென்னிஸ் பந்தாட்டத்திலுள்ள முறை போல, பந்து அடுத்த குழுவின் பகுதியில் விழுந்து விட்டால் ஒரு 'அடித்தெறியும்' வாய்ப்பு போதுமானது; அல்லது அந்தப் பந்து வலையைத் தொட்டிருக்க வேண்டிய சூழ்நிலையில், பந்து வலையைத் தொடாதபடி அதே குழுவில் உள்ளவர்கள் அடுத்த பகுதிக்கு அனுப்பி வைத்தாலும் சரிதான்.

அப்படி அனுப்பிய பந்தானது ஆடுகளத்தினுள் விழாது, வெளியே சென்று விட்டால், இவருக்கு இரண்டாவது வாய்ப்புக் கிடையாது. ஆனால் காலம் மாற மாற, கைப் பந்தாட்டத்திலுள்ள திறன் நுணுக்கங்களும் சிறப்பான முறையில் வளரலாயின.

அதன் பயனாக எளிமையாயிருந்த 'போடுதலை', இன்று வலிமையுடன் ஆட்டக்காரர்கள் அடித்தெறியும் நிலைக்கு மெருகேற்றிக் கொண்டது. எதிர்க் குழுவினர் ஆடுவதற்காகப் பந்தை அனுப்பி வைக்க மட்டுமே பயன்பட்ட 'போடுதல்', இன்று எவ்வளவு வேகமாக பந்தை அடித்து எறிந்து எதிர்க் குழுவினரைத் திணற வைக்க முடியுமோ, எவரிடம் போட்டால் பந்து திரும்பி வராதோ அவரிடம் எண்ணமிட்டுப் போட்டு, வலிமையுடன் ஆடி வெற்றி எண்களை பெறக்கூடிய அளவுக்கு நிலை வளர்ந்து இருக்கிறது.

எதிர்க் குழுவில் திறமையற்ற ஆட்டக்காரரிடமும், ஆள் இல்லாத இடம் பார்த்தும், மெதுவாகவும், வேகமாகவும் 'அடித்தெறிவதை' இன்று எல்லா ஆட்டக்காரர்

களும் பின்பற்றுகின்றனர். வெற்றி எண்கள் பெறுவது மட்டும் முக்கியமான காரணமல்ல. மெதுவாகப் போடக் கூடிய பந்தை எடுத்துக் கொடுத்து எதிர்க் குழுவினர் அடித்து முடித்து விடுகின்றனர் என்பதும் ஒரு காரண மாகும்.

அடித்தெறிவதில் பல முறைகள் கையாளப்படுகின்றன. முதன் முதலாகப் பந்தை இடுப்புக்கும் கீழான அளவில் வைத்துக் கொண்டு பந்தின் கீழ்பாகத்தில் கையால் அடித்து



மறு பகுதிக்கு அனுப்பினர் (Under Hand Service). இன்று இதே முறையில் பந்தை 'சுற்றி விடுவதும்' (Spin), வலப் பக்கம் சுழலுமாறு பந்தை சுற்றி விடுதலும் (Right Spin), இடப் பக்கமாக சுற்றி விடுதலும் (Left Spin), இடம் பார்த்துப் போடுதலும் (Drop) போன்ற புது முறைகளைக் கற்று, இன்று ஆட்டத்தில் பின்பற்றுகின்றனர்.

பந்தின் பக்கவாட்டில் அடித்துப் போடுவதும் (Side arm Service); கையைச் சுழற்றி அடித்துப் போடுவதும் (Round arm Service), டென்னிஸ் பந்தாட்டத்தில் அடித்துப் போடுவதைப் போன்றும், பந்தை உயரே எறிந்து அடித்துப் போடுவதும் (Over hand Service) அதே மாதிரி முறையில்

பந்தை சுற்றி விடுவதும் (Over hand Spin), மிதக்கவிடுதலும் (Float) (அதாவது பந்து காற்றிலே மிதந்து வருவது போல) மெதுவாகத் தவழ்ந்து செல்லுமாறு அடித்தல் ஆகிய வேறு முறைகளையும் இன்று நடைமுறையில் கையாண்டு வருகின்றனர்.

இத்தகைய புதுமுறைகளைத் தவறுமல் பயிற்சி செய்தாலொழிய, நன்கு இதில் தேர்ச்சி பெற முடியாது. இன்றைய



ஆட்டத்தில் பக்கவாட்டில் பந்தை அடித்தெறிவதும்தான் பெரும்பாலான ஆட்டக்காரர்களால் கடைப் பிடிக்கப்பட்டு வருகின்றன. ஏனெனில், பந்தை வேகமாக அடிப்பதற்கும் அனுப்புதற்கும் ஏற்றவாறு இருப்பதே இதற்குத் தலையாய காரணமாகும்.

அடித்தாடுதல் (Spiking)

மூன்ருவது தடவையாக பந்தைத் தொடுபவராகவும், வலைக்கு மறுபுறம் பந்தை அனுப்புபவராகவும், பொதுவாக ஆட்டத்தில் விளங்குபவர் 'அடிப்பவராகத்' (Spiker) தான் இருக்க வேண்டும். பந்தை வேகமாகத் தாக்கி அடித்து, மறு

குழுவினரை எடுக்க முடியாதபடி செய்து, தன் குழுவுக்கு வெற்றி எண்ணைத் தேடித் தருபவர் இவரே. சில நாடுகளில் பந்தை 'அடித்தல்' (Spike) என்றும், மற்றும் சில நாடுகளில் 'கொல்லுதல்' (Kill) என்றும் கூறுகின்றார்கள். திறமையாக அடித்து ஆடும் ஆட்டக்காரர்கள் உள்ளகுழுவே ஆட்டத்தில் வெற்றி பெற முடியும்.

பந்தைத் தாக்கி அடிப்பவருக்குக் கால்களில் திறனும் (Leg Strength), உயரே எழும்பிக் குதிக்கின்ற தன்மையும் (Good Jump), கூர்மையான கண்ணோட்டமும் (Keen Vision)



நல்ல உடலுறுதியும் வலிமையும் (Good Physique), பந்தைக் கட்டுப்படுத்தி அடிக்கும் ஆற்றலும் (Ball Control), பந்தின் போக்கைக் கண்காணித்து ஆடுகின்ற தெளிவும் (Adjustment), வலிமையாகப் பந்தை அடிக்கும் திறனும் (Ability to spike the ball), உடலும் உள்ளமும் ஒன்றுபட இயங்கும் உடலியக்கமும் உடையவரே அடித்து ஆடும் ஆட்டத்தில் சிறப்பு பெற முடியும்.

இன்னும் எதிர்க் குழுவினரின் ஆட்டத் திறமையையும், விளையாடும் முறையையும் கவனித்து அதற்கேற்றது போல

ஆட்ட நிலையை மாற்றிக் கொள்ளும் அறிவும், இப்படி அடித்தால் திரும்பி வராது. அல்லது இப்படித்தான் பந்து திரும்பி வரும் என்ற யூகத்தையும் (Keen insight) அடிப்பவர் பெற்றிருக்க வேண்டும்.

எவ்வாறு பந்தை அடிக்க வேண்டும் என்ற வினவுக்கு விடையாகத் தன்னைத் தேர்ச்சி பெறச் செய்து கொள்ள வேண்டியது ஒவ்வொரு ஆட்டக்காரர்களின் கடமையாகும். கைகளை மூடிக்கொண்டோ (First), விரல்களை விரித்து உள்ளங்கையினுலோ (open hand), கையை விரிக்காமல் குவித்துக் கொண்டோ (cupped), அல்லது உள்ளங்கையின் அடிப்பாகத்தாலோ (Heel of the hand) பந்தை அடிக்கலாம்.

முதலில் அடிக்கக் கற்றுக் கொள்பவர்கள் உள்ளங் கையை விரித்துக் கொண்டோ அல்லது குவித்துக் கொண்டோதான் அடித்துப் பழக வேண்டும். நல்ல பயிற்சியும், எழும்பிக் குதிக்கின்ற திறமையும் பெற்றவர் களே, வலைக்கு மேலாகப் பந்தைக் கையை மடக்கிக்கொண்டு (குத்துதல்) அடிக்க முடியும்.

பந்தின் மேல் பாகத்தில் (தலைப் பாகம்...on top) தான் அடித்து ஆடவேண்டும். பந்தை அடிக்கு முன் சரியான நேரத்தில், குதித்து எழும்பி, சரியாக பந்துடன் தொடர்பு கொள்ளும்பொழுது பந்தின் திசையை (போக்கைக்) கவனித்துத் தனக்கு முன்பாக அது இருக்கும்படி வைத்துத் தான் அடிக்க வேண்டும். ஒரு காலால் எழும்பி உயரக் குதித்தும் (One leg jump), இரண்டு கால்களால் எழும்பிக் குதித்தும் (Two leg jump), ஓடி வந்து எழும்பிக் குதித்தும் (Running jump) அடிக்கலாம்.

வேகமும் விறுவிறுப்பும் நிறைந்த தற்கால ஆட்டத்தில் எதிர்க் குழுவினர் அடிப்பதைத் தடுப்பதற்காக, சுவர் போல

கைகளை வலைக்கு மறுபுறம் உயர்த்திக் கொண்டிருக்கும் நேரத்தில் ஒரு காலால் குதித்தும், ஓடிவந்து அடித்தும் வெற்றி எண்ணைப் பெற முயல்வது பயனில்லா முயற்சி யாகும். இதைத் தவிர்க்க, எப்பொழுது தாண்டி அடிக்க வேண்டுமோ, அப்பொழுதே நின்ற நிலையில் 'உயரே எழும்பிக் குதிக்கும் வல்லமை' (Spring Action) வரவேண்டும்.



பந்தை எப்பொழுதுமே வேகமாக அடித்து ஆட முடியாது. அதற்குரிய வாய்ப்பும் கிடைக்காது. நல்ல முறையில் பந்து அடிக்கக் கிடைத்து, எதிர்க் குழுவினரின் தடுப்பு முறை (Block) இல்லாமலிருந்தால், பந்தை வேக மாக அடிக்கலாம். நல்ல முறையில் பந்து கிடைக்காத பொழுதும், தடுப்பு முறை இருக்கும் பொழுதும் வேகத்தை நீக்கி விட்டு, தடுப்பு முறையை ஒதுக்கி அடிக்க முயல வேண்டும். 'உயர்த்தி அமைக்கும்' ஆட்டக்காரர் (Lifter) நல்ல முறையில் தராவிடில், அவர் மேல் ஆத்திரப்படாமல் பந்தை வலைக்கு மறுபுறம் (கடைக்கோட்டிற்கு அருகே யாவது) அனுப்ப முயற்சிக்க வேண்டும்.

முடிந்தால், எதிர்க்குழுவிலுள்ள திறமையற்ற ஆட்டக்காரர் பக்கமாகக் கொஞ்சம் வேகத்தோடு பந்தை அனுப்பி விட வேண்டும். இன்னும் சில நேரங்களில், பந்தை அடிக்க முடியாதவாறு வாய்ப்புக்கள் சூழ்வதுண்டு. அப்பொழுது அடிக்க முயற்சிக்காமல், இடம் பார்த்துத் தள்ளி விடவும் (Drop) செய்யலாம். ஒரு கையினுலேயே பந்தை அடித்துக் கொண்டிருப்பதைத் தவிர, மறு கையினுலும் அடிக்கப் பழகியிருப்பது மிகவும் நன்மை பயக்கும்.

ஒரு கையால் அடிக்கப் போவது போல் பாவனை காட்டி, இன்னெரு கையால் பந்தை அடித்து அனுப்பினுல் எதிர்க் குழுவினர் உண்மையிலேயே திகைத்துப் போய்விடு வார்கள். இப்படி அடிக்க முடியுமா என்ருல், முதலில் கடினமாகத்தான் இருக்கும். பழக்கம் வந்தால், பெருகி வரும் திறமையால், ஆட்டத்தில் ஏற்படும் இக்கட்டான காலத்தில் நன்ருக செயல்பட உதவும்.

அடிப்பவர்கள் அடிக்க முயலும்போது, பந்தின் மீதே முழுக் கவனத்தையும் செலுத்தியிருக்கக் கூடாது. அடிப்பதற்கு முன்பாக, அடுத்தக் குழுவினரின் பகுதியிலும் ஒரு கண்ணேட்டம் விட்டு வைத்து, பந்து உயரமாகச் சென்று இறங்கும் பொழுது அதன் தலைப் பாகத்திலே, வலிதாக அடித்து முடிக்க வேண்டும். எப்பொழுதும், ஒரே திசையிலே பந்தை அடிக்காமல், பல திசையிலும் (Direction) சந்தர்ப்பம் போல அடித்தோ தள்ளியோ ஆட வேண்டும்.

தடுத்தல் (Block)

அடித்து ஆடுவது மட்டுமே ஆட்டத்தின் லட்சியமாக இருக்கக் கூடாது. எதிர்க் குழுவினர் அடித்தால், அடிப்பதை தடுக்கவும் எடுக்கவும் முதலிய வழிகளை அறிந்து கொள்வது மிக அவசியமாகும். ஆட்டத் தொடக்கக் காலத்தில்

அடித்து ஆடும் ஆட்டமே வெகுவாகப் போற்றிப் புகழப் பட்டது. இப்பொழுது அடிப்பதை விட, அடிக்கப்பட்ட பந்தை 'எடுத்து ஆடும்' (Defensive Play) ஆட்டமே சிறப் பாகத் தோற்றமளிக்கிறது.

அடிப்பதை நேராக விட்டு விட்டு எடுத்தாட முயல்வதை விட, அடிக்கும் இடமாகிய வலைக்கு மேலே முட்டுக்கட்டை போடுவது போலத் தடுத்து விடுவது நல்லதல்லவா! தடுப்பையும் மீறி, பந்து வந்தால் மற்றவர்கள் எளிதாக எடுத்துத் தருவதற்கும் வாய்ப்பிருக் கிறது.

ஒருவர் அடிக்கும் பொழுது எதிர்க் குழுவினர் வலைக்கு மேலே தடுப்பதற்காகக் கைகளை உயர்த்தினால், அதனால் பலனுண்டு, அடிப்பவருக்குத் தடுப்பைக் கண்டதும் சிறிது துணிவு குறைகிறது. அதனால் தடுமாற்றம் ஏற்பட வழியாகிறது. இன்னும் திண்ணமாக அடித்து முடித்து விடலாம் என்ற துணிவில் சிறிது குறைவதால், அடிப்பதில் வலிமை குறைகிறது. முழு வேகமும் காட்ட முடியாமல் போகிறது.

பிறகு, பந்தை அந்தப் பக்கம் எப்படியேனும் அடித்து அனுப்பி விட்டால் போதும் என்ற நிலைமையும் ஏற்படுகிறது. முதல் முறை நன்கு அவரை அடிக்க முடியாது தடுத்து விட்டால், அடிப்பவருக்கு ஏற்படும் பயத்தால் அடிக்கப்படும் பந்து வலையிலோ அல்லது ஆடுகளத்திற்கு வெளியே தான் போய் விழும். இவ்வாறு அடிக்க ஒருவர் தாவவும், இருவரோ மூவரோ தடுக்க முயலவும், அவர்களின் உற்சாகமான போட்டியினால் பந்துக்காகத் தாவும் காட்சி, பார்வையாளர்களுக்குப் பெரும் காட்சி விருந்தாகவும் அமைந்து விடுகிறது.

இத்தகைய தடுக்கும் முறை, 1938ஆம் ஆண்டு அமெரிக்காவில் நடைபெற்ற 'தேசீயக் கைப்பந்தாட்டப்

போட்டியில்' தான் கையாளப்பட்டது. முதன் முதலாகக் கைக் கொள்ளப்பட்ட இந்த முயற்சியில் மூவர் பங்கெடுத்து கொண்டனர். 'மூன்று பேர் வலைக்கு மேலே கைகளை உயர்த்தித் தடுக்க முயல்வது தவறாகும். ஆனால் இரண்டு பேர் தடுக்க உரிமையுண்டு. அதிலும் வலைக்கு அருகே உள்ள முன் வரிசையில் இருக்கும் ஆட்டக்காரர்கள் மட்டுமே பங்கெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும்', என்று அமெரிக்கக் கைப் பந்தாட்டக் கழகத்தினரால், அதே ஆண்டு முடிவெடுக்கப்பட்டு, விதியாய் அமைந்தது.

இந்த விதி அமைப்பிற்குப் பிறகு, முதல் தரக் குழு ஆட்டக்காரர்கள் எல்லாருமே, தடுக்கும் முறையை ஆட்டத்தில் பின்பற்றலாயினர். தற்பொழுது முன் வரிசையிலுள்ள மூன்று பேரும் தடுப்பதில் பங்கு பெறலாம்.

தடுப்பதில் பங்கு பெறுபவர்கள், ஒரு சில திறமைகளைப் பெற்றிருக்க வேண்டும். நன்றாக நின்ற நிலையிலிருந்து உயரத் தாவி, கைகளை சேர்ந்தாற் போல் விரித்து, வலைக்கு மேலே ஒரு தடுப்புச் சுவர் போல கைகளை அமைக்கின்ற திறன் வேண்டும். பந்தின் வழியையும், அது வலையைத் தாண்டும் நேரத்தையும், அடிப்பவரின் அங்க அசைவுகளால் பந்தை எந்தப் பக்கம் அடிக்கப் போகிறார் என்பதையும், அதற்கு ஏற்றவாறு கைகளை உயர்த்தி அந்தப் பக்கமாகத் தடுக்க வேண்டும்.

இதற்கு 'முன்னெறியும் திறன்' (Keen Anticipation) அவசியமாகும். மேலே கூறிய திறன்களைப் பழக்கத்தாலும் ஆடி ஆடிக் கொள்ளும் பயிற்சியாலுமே பெறலாம். வலிமையாக அடிக்கும் ஆட்டக்காரருக்கு மூன்று பேராக நின்று தடுக்கலாம். நடுத்தரமாக விளையாடும் ஆட்டக் காரருக்கு, இருவரோ அல்லது ஒருவரோ நின்று தடுக்கலாம். வேகம் இல்லாது அடித்து ஆடும் ஆட்டக் காரரைத் தடுக்காமலே விட்டு விட்டு, பிறகு எடுத்து

ஆடலாம். ஆனாலும், தடுக்கும் முறைகளை எவ்வாறு பின்பற்ற வேண்டும் என்று ஒவ்வொரு குழுவும் தங்களுக்குள்ளே முடிவு செய்து கொண்டு விடுவது நல்லது.

வலைக்கு மேலே கைகளை உயர்த்தி, விரல்களை விறைப்பாக இருத்தி விரித்து, இடைவெளியின்றி இரு கைகளையும் ஒரே சமமாக நிறுத்த வேண்டும். கைகள் வலையை மிகவும் ஒட்டியிராமல், மூன்று நான்கு அங்குலம் அப்பால் இருக்குமாறு நின்று, நன்றாகப் பார்வையை மேலே செலுத்திய படி தான் தடுக்க வேண்டும். தடுத்தவுடனே அல்லது தடுக்க முடியாத பிறகோ, கீழே குதிக்கும் பொழுதோ வலையைத் தொட்டோ, இழுத்தோ விடாமலும், நடுக் கோட்டைத் தாண்டி மறு பகுதியை மிதிக்காமலும் உடலைக் கட்டுப் படுத்திக் கொள்ளும் (Body Control) ஆற்றல் வேண்டும்.

உயரமான ஆட்களே தடுப்பதற்குத் தகுதியானவர்கள். ஆகவே முடிந்த வரை, அடிப்பவரும் மற்றும் உயர்த்தும் அமைப்பாளரும், ஆட்டக்காரர்கள் எல்லோரும் உயரமானவர்களாக இருந்தால் மிகவும் பயனுடையதாக இருக்கும். தடுத்து ஆடும் ஆட்டம், ஆட்டத்தில் பாதி வெற்றியைக் கொடுத்து விடும். அதற்காக அடிப்பதை விட்டு விட்டுத் தடுப்பதில் மட்டுமே முழுக் கவனத்தையும் செலுத்தக் கூடாது.

அடிப்பவர்களும் தடுப்பு முறையில் பயிற்சி இருந்தால் பங்கு பெறலாம். தெரியவில்லையென்றாலோ, அல்லது அடிக்கடித் தாண்டிக் குதிப்பதால் உடலில் சக்தியில்லை (No Stamina) என்று பெருமையாகக் கூறிக் கொள்வாரும், மற்றவர்களைத் தடுக்கச் சொல்லி விட்டு விடலாம். நல்ல தடுக்கும் திறமையுள்ளவர்களே குழுவில் இடம் பெற்றிருந்தால், ஆடுவதற்கும் நன்றாக இருக்கும்.

மேலே கூறி வந்தத் திறன் நுணுக்கங்களைக் கற்றுத் தேர்ந்தால் தான் ஆட்டத்தில் சிறக்க முடியும். நன்ருகவும், சிறப்பாகவும் ஆடி விடலாம். ஆட்டத்தில் வெற்றி பெற்று விடலாம். ஆனல் ஆடுகின்ற ஆட்டத்தை உண்மையாக விரும்பி, மனமார நேசித்து ஆடுவது தாம் நம் கடமை ஆகும்.

''ஆட்டங்களில் வெற்றி முக்கியமல்ல. பங்கு பெறுவதே முக்கியம். நன்ருக ஆடினேம். இனி நன்ருகப் போட்டியிட்டும் திறமையுடன் ஆடுவோம்'' என்ற கொள்கையைக் கடைப் பிடித்து வந்தால், நம்முடைய ஆட்டத்தில் அதிகத் திறன்களையும், ஆடும் பொழுது பெருமையையும், அமைதியையும் என்றும் பெறலாம் என்பதை நன்கு உணர்ந்து கொள்ள வேண்டும். அதுவே நல்ல ஆட்டக்காரரின் தலையாய பண்பாகும்.

வளைகோல் பந்தாட்டம்

தோற்றம்

வளைகோல் பந்தாட்டத்தின் அடிப்படைத் தோற்றமும் வரலாறும், மனித இனத்தின் வரலாற்றைப் போல மிகவும் பழமையானது. எத்தனையோ வரலாற்று நிகழ்ச்சிகளும், கற்பனை உருவங்களும், இதனைத் தனக்குச் சொந்தமாக்கிக் கொள்ள முயன்று கொண்டிருக்கின்றன. என்றாலும், அறுதியான முடிவு எந்த நாட்டிற்கும், எந்த இனத்திற்கும் போகவில்லை.

''எங்களுடைய நாட்டிலே, இத்தகைய விளையாட்டு (Game) ஒன்று இருந்தது. இதன் விதிகள் இப்படிப் பட்டவை. இதற்கு இது தான் ஆதாரம்'' என்று ஏதேதோ சொல்வாருங் கூட, தெளிவான முறையிலே சான்றுகளைத் தர இயலாது. தடுமாற்றம் அடைகின்றனர். எனவேதான் 'வளைகோல் பந்தாட்டம்' மனித இனம் தோன்றிய

காலத்திலிருந்து தொடர்ந்து வருகிறது எனச் சரித்திர ஆசிரியர்கள் அறுதியிட்டுக் கூறுகின்றனர்.

கற்காலத்தில் (Stone age) வாழ்ந்த மக்கள் தங்களது உடல் உழைப்பினாலே வாழ வேண்டிய நிலைமையைப் பெற்றிருந்தார்கள். அவர்களின் வழி வழி வந்த மக்கள், தங்கள் வாழ்க்கைக்குத் தேவையான வசதிகளை, ஓரளவு திருப்தி அளிக்கக் கூடிய முறையில் பெற்று வாழ்ந்தாலும், உடல் வலிவுக்காகவும், திறனுக்காகவும், இடைவிடாது தேகப் பயிற்சிகளையும் செய்து வந்தனர்.

அவ்வாறே அன்று தொட்டு செய்து வந்த முற்காலத்தினர், தாண்டுவதிலும், ஓடுவதிலும், மல்யுத்தப் போட்டிகளிலும் மற்றும் இதர ஆட்டங்களிலும் அதிக ஆர்வம் கொண்டிருந்தனர். இந்த ஆட்டங்களில், இடை இடையே ஏற்படுகின்ற களைப்பும், சலிப்பும் அவர்களைப் புதுமுறையான ஆட்டங்களைக் காணத் தூண்டியது. புதுமையான ஆட்டத்தின் மூலம் புத்துணர்ச்சியும் பெருவகையும் பெற விரும்பினர்.

அதற்காக சிறு சிறு பொழுது போக்கு விளையாட்டு முறைகளைப் பின்பற்றினர். உருண்டை வடிவமான கூழாங் கற்களைப் பொறுக்கி எடுத்து, அவைகளை உருட்டி விட்டு வேடிக்கை பார்த்தனர். கற்கள் உருண்டு ஓடாத பொழுது, கைகளைக் கொண்டு உருட்டி முன்னேக்கித் தள்ளினர். பிறகு அருகில் கிடந்த சிறு சிறு குச்சிகளை எடுத்து, கூழாங்கற்களைத் தள்ளிக் கொண்டு தாங்கள் விரும்பும் திசையை நோக்கி ஓட விட்டனர். கூடவே ஓடினர்.

இவ்வாறு ஆரம்பமான விளையாட்டுத்தான் இறுதியில் 'கோல்-பந்து விளையாட்டாக' (Stick and ball game) மாறி வந்திருக்கலாம் என்பது ஆராய்ச்சி வல்லுனர்களின் கருத்து. இதற்கு ஒரு சில சான்றுகளையும் காட்டுவர். "கூழாங்

கற்களைக் கையால் உருட்டி விளையாடிய விதமே இன்றைய லான் பவுலிங் (Lawn Bowling), கர்லிங் (Curling) என்ற ஆட்டங்களின் முன்னோடியாக அமைந்தது என்றும்; கற்களைக் குச்சியால் தள்ளி ஆடியதன் விளைவே இன்றைய மென் பந்தாட்டம் (Soft ball), கிரிக்கெட் (Cricket) கோல்ப் (Golf), லாக்ரோசி (Lacrosse), வளை கோல் பந்தாட்டம் (Hockey) என்ற ஆட்டங்களின் முதலாக இருந்திருக்கலாம்'' என்றும் ஆசிரியர்கள் கூறுகின்றனர்.

மட்டையும் பந்தும் தோன்றுவதற்குக் குச்சியும் கூழாங் கற்களுமே காரணமாயிருந்தன என்றும்; அதிலிருந்து தோன்றியதுதான் வளைகோல் பந்தாட்டம் என்றும் நம்புவதற்கு இடம் உண்டு. என்றாலும் இந்த விளையாட்டு தோன்றிய இடம், தொடக்கத்தின் காரணம் இன்னும் சரியாகவே புலனாகவில்லை. என்றாலும், பல நாடுகளில் பல வடிவங்களில் இடம் பெற்று வந்திருக்கிறது.

கி. மு. இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் வாழ்ந்து வந்த பண்டைய பாரசீக மக்கள் (Ancient Persians), 'திருத்தமடையாத நிலையிலுள்ள 'கோல்' கொண்டு, இந்த ஆட்டத்தை ஒத்தது போல ஆடி வந்ததாக அறியக் கிடக்கின்றது.

கிரேக்கர்களும், ரோமானியர்களும் இது போன்ற தொரு விளையாட்டை ஆடியதாகவும் அறிய இடம் இருக்கின்றது. இன்னும் ஆசுடெக் இந்தியர்கள் என்று (Aztec Indians) அழைக்கப்பட்டவர்களும், இது போன்ற விளையாட்டு ஒன்றில் ஈடுபட்டு இன்பம் அடைந்து இருக்கின்றனர். இந்த விளையாட்டே மற்ற இடங்களில் ஆடுகின்ற விளையாட்டைப் போன்றும் உள்ளது. தொடக்கக் காலத்தில் வளைகோல் பந்தாட்டம் ஆசியா கண்டத் தினருக்கே உரியதாக இருந்தது என்றும், ஒரு வேளை இது

கிரேக்கரால் (Greeks) அறிந்திருக்கக் கூடும் எனவும் நம்பப் படுகிறது.

பழங் கிரேக்கக் கலைகளிலும் எகிப்தியரின் சித்திர எழுத்து முறையிலும் (Hieroglypics), வளைகோல் பந்தாட்டத்தைப் போல் உருவ முறைகள் அமைக்கப் பட்டு இருப்பதாகவும் தெரிய வருகின்றது. தெமிஸ்டாகிளிஸ் (Themistocles - 514 - 499) என்பவரால் கட்டி முடிக்கப் பட்டு இப்பொழுது உலகுக்குக் கிடைத்திருக்கும் 'அரை குறை முனைப்போவியத்தில்' (Bas Relief) உள்ள படம் ஒன்றில், 'ஆறு இளைஞர்கள் வளைகோல் பந்தாட்டம் போன்றதொரு விளையாட்டில் ஈடுபட்டிருக்க, அதில் இருவர் எந்த முறையிலும் சேராத 'புல்லி' (Bully) ஒன்றை எடுப்பதற்காக நின்று கொண்டிருக்கின்றனர்', என்ற முறையில் காணப்படுகிறது என்பது ஒரு சாராரின் கருத்து. இதே கருத்தை வலியுறுத்திக் கூறுகின்ற மற்ெறாரு சாரார் இதன் காலத்தைக் கி. மு. 460 ஆம் ஆண்டு என்று குறிப்பிடுகின்றனர்.

இந்த ஆட்டம் அயர்லாந்து நாட்டுக்கு (Ireland) உரிமையென்றும், இதன் தோற்றம் இங்கேதான் இருந்தது என்றும் கூறி பெருமை பாராட்டுகிறார் 'ஈஸ்டசு ஒயிட்' (Eustace White) என்பவர். வளைகோல் பந்தாட்டத்தைப் பற்றிக் குறிக்கின்ற ஒரு சில குறிப்புகளும் 'அயர்லாந்தே இந்த ஆட்டத்தின் தாயகம்' என்று அறுதியிட்டுச் சொல்லும் அளவுக்குச் சுட்டிக் காட்டுகின்றன.

இந்த ஆட்டம் எப்படியேனும் எந்த முறையிலேனும் பிறந்திருக்கலாம். மனித இனத்தின் வரலாறு போன்று பழமை மிகுந்த ஆட்டத்தை, ஒரு பந்தையும் பல கோல்களையும் வைத்துக் கொண்டு ஆடியுமிருக்கலாம். வேறு பட்ட துறையிலே, வேறு பட்ட முறையிலே, வேறு பட்ட சூழ்நிலையிலே வாழ்ந்திருந்த நம் முற்கால முன்னோடிகளால்

இந்த ஆட்டம் பல நாடுகளிலும் வளர்ந்திருக்கலாம் என்றாலும், இதன் தாயகமாக அயர்லாந்தே விளங்குகிறது'' என்று ஒயிட் எழுதுகிறார்.

கர்லி (Curley) எனப் பெயர் பெறும் விளையாட்டு ஒன்று, மிகச் சிறந்த முறையில், அயர்லாந்து மக்களால் விரும்பி ஆடப்படுகிற ஒரு ஆட்டமாகும். குழுவுக்கு (Team) 15 பேராக நின்று, இரு குழுக்களாகப் பிரிந்திருந்து, எதிர் எதிராக விளையாடுவர். ஆடுகளம் (Play-field) வளைகோல் பந்தாட்ட இடத்தை விடவும், கால் பந்தாட்டத்திடலை விடவும், பரப்பளவில் மிகப் பெரியதாக இருக்கும்.

விளையாடும் கோல்கள் (Sticks) இன்றைய ஆட்டத்தில் பயன்படும் கோல்களை விட எல்லா விதங்களிலும் பெரியது ஆகவும், கனம் உள்ளதாகவும் இருக்கும். இந்த ஆட்டத்தில் 'கோல் விதிகள்' (Stick rules) எதுவுமே இல்லை. பந்தைக் கோலினாலேத் தூக்கிச் செல்லலாம். தரைக்கு மேலாகவும் (In the air) பந்தை ஆடலாம். இந்த ஆட்டம் மிகுந்த அபாயத்தை அளிக்கக் கூடியதாக இருந்த போதிலும், மக்கள் எல்லோரும் விளையாட்டைப் பெரிதும் விரும்பி ஆடி வந்திருக்கின்றனர்.

இந்த விளையாட்டின் பயங்கரத் தன்மைக்கும், அதே நேரத்தில் மக்களின் விருப்பத்திற்குகந்த ஆட்டமாக இருந்தது என்பதற்கும் சான்றுகள் பல உள்ளன. எடுத்துக் காட்டாக ஒரு நிகழ்ச்சியை இங்கு கூறினால் இதன் உண்மைத் தன்மை புலப்படும்.

சில நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னால் நடை பெற்ற ஒரு குழுவைச் சேர்ந்த 9 பேர், தங்களுடைய எதிர்க் குழுவினரைத் தோற்கடித்தது மட்டுமின்றி, அவர்களையும் (9 பேர்களையும்) கொன்று விட்டதாகக் கூறப்படுகிறது.

என்றாலும், மக்கள் கூட்டம் பெருகி இந்த ஆட்டத்தைக் கண்டு மகிழ்ந்திருக்கின்றார்கள்.

'டப்ளின்' (Dublin) எனும் இடத்தில் நடந்த அகில அயர்லாந்து கர்லி இறுதிப் போட்டி ஒன்றைக் காண 60,000க்கும் மேற்பட்டு 80,000க்கும் உட்பட்ட விளையாட்டு ரசிகப் பெருமக்கள் கூடிவந்து கண்டு களித்திருக்கின்றனர். எனவே இந்த கர்லி ஆட்டமே, வளைகோல் பந்தாட்டத்தின் மூலம் என்றும் அயர்லாந்தே இதன் தாயகம் என்றும் கூறிப் பெருமைப் பட்டுக் கொள்கின்றனர் ஒரு சிலர்.

பிரெஞ்சு நாட்டில் (France) தான் வளைகோல் பந்தாட்டம் தோன்றியது என்றாலும், இதன் காலம் 14 ஆம் நூற்றாண்டு என்றும் ஒரு ஆராய்ச்சி அறிஞர் கூறுகின்றார். தற்காலத்தில் இருக்கும் வளைகோல் பந்தாட்டத்தைப் போன்றும், பண்டைய கிரேக்கர்கள் ஆடிய ஆட்டம் போல் இல்லாமலும், சிறிது மாறுபட்டு உள்ளது என்று கூறுவாரும் உண்டு.

இதன் பெயர் சில நூற்றாண்டுகளுக்கு முன் 'காக்கெட் (Hoquet) என்று நிலவி வந்தது, பிரெஞ்சு மொழியில் காக்கெட் என்றால் 'இடையர்கள் தாங்குகின்ற கோல்' என்று பொருள்.

இடையர்களை சங்கப் பாடல்கள் 'கோவலர்' என்று அழைக்கிறது. கோவலர் என்ற பெயர் இடுகுறிப் பெயர் ஆகும். ஆடுமாடுகளைக் காப்பதற்கும், அபாயத்திலிருந்து தப்புவதற்கும், இன்னும் பல நிலைகளில் உதவக் கூடியத் தலைப்பாகத்தில் வளைவு உள்ளதான நீண்ட கோல்களை வைத்திருந்தார்கள். அந்தக் கோல்களின் பெயராலே அவர்களைக் கோவலன் என்று அழைத்தனர் மக்கள்.

இது போலவே, இடையர்களின் வளைந்த கோல்கள் போன்று இந்த ஆட்டத்தில் பயன்படுத்தப்பட்டதால், இதன் பெயரே, 'காக்கெட்' என்று வந்தது எனக் கொள்வாரும் உண்டு.

பிரெஞ்சு நாட்டிலிருந்துதான் இந்த விளையாட்டு இங்கிலாந்தை நோக்கிச் சென்றது என்பர் ஆராய்ச்சி அறிஞர்கள். பிரிட்டனுக்கு இந்த ஆட்டம் எப்படி வந்தது? எப்பொழுது வந்தது? அல்லது இந்த ஆட்டம் இங்கிலாந்தில் தான் பிறந்ததா என்ற கேள்விகளுக்கு இது வரை முறையான பதில்கள் கிடைக்கவில்லை. ஆனல், இன்றைய வளைகோல் பந்தாட்டத்தின் உன்னத நிலை உருவானதற்குக் காரணம் இங்கிலாந்துதான் என்றாலும், யாராலும் மறுக்க முடியாது.

அங்கே தான் இந்த ஆட்டம் வளர்ந்து, வாழ்ந்து, செழித்துப் பெருகியது என்பது உண்மை. ஆட்டத்திற்கு உயிர் கொடுத்த பெருமை இங்கிலாந்தையே சேரும் என்பது இப்பொழுது தெளிந்த முடிவாகிறது. இந்த விளையாட்டின் சிறப்பைக் கண்ணுற்று, மகிழ்ந்து, தங்கள் நாட்டிற்கு ஆங்கில மக்கள் எடுத்துச் சென்றனர்.

'காக்கெட்' என்று கூறப்படும் ஆட்டத்தின் பிரெஞ்சு உச்சரிப்பு 'காக்கே' (Hockey) என்பதாகும். அந்த பிரெஞ்சு மொழி உச்சரிப்பை ஆங்கில முறைப்படி அவர்கள் 'காக்கி' (Hocky) என்று திருத்தி அமைத்து வழங்கி விட்டனர் என்ற கூற்றே பொருந்தும். இதுவே உண்மையென்று பலரும் மனதார ஒப்புக் கொள்கின்றனர்.

ஒத்த முறையில் இல்லாவிட்டாலும், இதே தன்மையில் வளைகோல் (Hockey) ஐரோப்பாவில் பல பாகங்களிலும் பல ஆசிய நாடுகளிலும், வட, தென் அமெரிக்கப் பகுதி

களிலும் உள்ள மக்கள் ஆடி வந்திருந்ததாக அறிய வாய்ப்புக்கள் உள்ளன. 'சிந்தி' (Shinty) என்ற பெயரோடு ஸ்காட்லாந்திலும் (Scotland), 'பந்தி' (Bandey) என்ற பெயரில் 'வேல்சிலும்' (Wales), உள்ள விளையாட்டுக்கள், வளைகோல் பந்தாட்டத்தைப்போல் ஒத்த அமைப்புஉள்ளன எனக் கூறுவாரும் உண்டு.

ஆகவே, பெருவாரியான சரித்திர ஆராய்ச்சி வல்லுநர்கள் கருத்தின்படி, வளைகோல் பந்தாட்டம் கி.மு, 2000 ஆண்டுகள் அளவில் பாரசீகத்தில் வேரிட்டு வளரத் தொடங்கியதாகவும், அதன் பின்னர் மத்திய காலங்களில் தொடர்பின்மையாக பல இடங்களில் பல உருவங்களில் ஆடப்பட்டு வந்ததாகவும்; பல நூற்றுண்டுகளுக்குப் பிறகு, 'காக்கெட்' என்னும் பெயரில் பிரெஞ்சு நாட்டில் வளர்ந்ததாகவும்; முடிவாக இந்த ஆட்டம் சூயஸ் கால்வாயைத் தாண்டிப் பிரிட்டனுக்குப் பயணம் செய்து 'காக்கி' என்ற ஆங்கிலப் பெயரை சூட்டிக் கொண்டு வாழ்ந்தது என்பதே இந்த ஆட்டத்தின் பிறப்பைப் பற்றி நாம் தெரிந்துகொள்ள வேண்டிய வரலாறுகும். இனி, ஆட்டத்தின் வளர்ச்சியைக் காண்போம்.

வளர்ச்சி

தற்போது சிறந்து விளங்கும் வளைகோல் பந்தாட்டம், இங்கிலாந்தில் தான் செழிப்புற்றது என்பதை நாம் அறிந்ததே. முதன் முதலாக இங்கிலாந்தில் 'கோல்—பந்து'—ஆட்டம்' (Stick and Ball Game) என்ற விளையாட்டு ஒன்று இடம் பெற்றிருந்தது.

கிரிசி (Criecee) என்ற சொல்லிலிருந்து பிறந்த கிரிக்கெட் ஆட்டமே ஆங்கிலேயர்களால் அதிகமாக விரும்பி ஆடப்பட்டது. மக்களின் எண்ணமும், அதிகக் கவனமும் ஆட்டத்

திலே இருந்ததால், நாடு காக்கும் பீடு கொண்டு பின்பற்றிப் பழகி வந்த விற் பயிற்சியை மறந்து விடலாயினர்.

இதைக் கண்ட ஆட்சியாளர்கள் அதிர்ச்சியுற்றனர். அதிர்ச்சி ஆத்திரமாகக் கிளம்பியது. ஆத்திரம் கடுமை மிகுந்த சட்டமாக உருவெடுத்தது. 'விளையாட்டில் ஈடுபடுபவர்கள் தண்டிக்கப்படுவார்கள். சிறையிலிடப்படுவார்கள். அவர்களுக்கு விளையாட இடம் கொடுப்பவர்களும், உற்சாகமளிப்பவர்களும், மிகக் கடுமையாகத் தண்டிக்கப்படுவார்கள்' என்று வந்தது ஒரு சட்டம். ஆட்டக்காரர்கள் இல்லாமையால் கிரிக்கெட் தன் தலையை உள்ளுக்கிழுத்துக் கொண்டு ஆமை போல் அடங்கி விட்டது என்றாலும் கோல்- பந்து விளையாட்டில் மக்களுக்கு ஆர்வம் குன்றவோ குறையவோ இல்லை.

ஆர்வம் குறையாத அந்நாட்டு மக்களிடையே அப்பொழுதுதான் தஞ்சமடைந்தது வளைகோல் பந்தாட்டம். புதிய விளையாட்டில் ஆர்வமும் அன்பும் போட்டி போட்டுக்கொண்டு முன்னேறின. காலத்தால் இந்த ஆட்டம் பழமையானதாக இருந்தாலும், தான் கொண்ட கோலத்தால் மக்களைத் தன் பக்கம் இழுத்துக் கொண்டது. ஆட்டத்தில் எழுகின்ற சுவையையும் இன்பத்தின் மிகுதியையும் கண்ட ஆங்கிலேயர்கள், ஆட்டத்தை சிறந்த முறையிலே பயன்படுத்திக் கொண்டனர். சட்டத்தின் இரும்புப் பிடியும் சிறிது சிறிதாகக் குறைந்தது. ஆட்டத்தின் செழுமைக்காக, சிறப்பான விதிகள் உண்டாக்கப் பட்டன. ஆட்டமும் சிறந்த முறையில் செப்பனிடப் பட்டது. விதிகள் பல மாறி மாறி வந்தன. வளர்ந்தன.

1886ஆம் ஆண்டு 'மார்க்கியூசினு'டைய 'கியூன்ஸ் பெர்ரி' விதிகள் தான் முதன் முதலில் இந்த ஆட்டத்தில் கடைப் பிடிக்கப்பட்டு வந்தன. பிறகு அநேக முறைகளிலும், வழிகளிலும் ஆட்டத்தில் நிகழ்ந்த குறைகளை நீக்கி,

இங்கிலாந்தின் 'விம்பிள்டன் வளைகோல் பந்தாட்ட சங்கம்' (Wimbledon Hockey Club) விதிகளை ஆக்கித் தந்தது. இதனால் விளையாட்டில் வேகம் நிறைந்தது. அபாயம் அதிகம் நேரா வண்ணம் தடுத்திடவும் வாய்ப்பளித்தது.

நாட்டு மக்களிடையே நல்லதொரு ஆர்வ உணர்ச்சியும் ஆதரவும் கிட்டின. ஆண்கள் மட்டுமே ஆடிக் கொண்டிருந்த இந்த ஆட்டத்தின் பால், அணங்குகளிடையேயும் ஆர்வம் மிகுந்தெழ ஆரம்பித்தது. பெண்கள் ஆதரவு இருந்தால் பெருகி வளராததும் பாரில் உண்டோ?

அதன் பயனாக 1887ஆம் ஆண்டு இந்த விளையாட்டு இங்கிலாந்தின் பெண்களுக்கான **தேசிய விளையாட்டாக** (National Game) மாறியது. விதிகளை மதித்து அதனோடு இணைந்து, ஒழுங்கு முறைகளைக் கடைப்பிடித்து ஆடினால், வளைகோல் பந்தாட்டத்தை விட இன்பம் தரும் 'குழு விளையாட்டு' (Team Game) வேறு எதுவுமே இல்லை என்பதாலோ என்னவோ, மென்மையுடன் விளங்கும் பெண்களும், உண்மையிலே விரும்பி உலகெங்கிலும் ஆடுகின்றார்கள் போலும். இருபாலாரின் இதயங்களிலும் நிறைந்து விட்டதால், இதன் வளர்ச்சி வளர் பிறையாகவே மாறி விட்டது.

விதிகளின் வளர்ச்சி

தென் இலண்டனில் அமைந்திருக்கும் விம்பிள்டன் வளைகோல் பந்தாட்ட சங்கத்தால், 1883ஆம் ஆண்டு விதிகள் திருத்தி அமைத்து செப்பனிடப் பட்டன. இந்த ஆட்டத்தை விளையாடத் தொடங்கிய காலத்தில், ஆடுவோரிடத்தில் முரட்டுத் தனமும், ஆளோடு ஆள் முட்டிக் கொள்ளும் அதிசூரத்தனமும்தான் அதிகமாக இருந்தன. பந்தை அடிப்பதும் ஓடுவதுமே (Hit and Run) முக்கிய நோக்கமாக இருந்தது. மென்மைக்கும் மிருதுத்

தன்மைக்கும் ஆட்டத்தில் இடம் ஏற்படாதா என்று ஏங்கும் அளவுக்கு வலிமையும், முரட்டுத் தனமும் ஆட்டத்தை வளைத்துப் பிடித்துக் கொண்டிருந்தன.

ஆளை அடி, பந்தை அல்ல என்ற நிலை மாறி, 'பந்தை அடி, ஆளையல்ல' (Hit the ball, not the man) என்று சொல்லும் அளவுக்கு நிலைமை மாறி வந்தது.

பதினொரு பேர் ஒரு குழுவில் உள்ளனர் என்றால், அதில் எட்டு பேர் முன்னாட்டக்காரர்களாக (Forwards)வும், மூவரில் ஒருவர் இலக்குக் காவலராகவும் (Goal Keeper); இருவரே கடைக் காப்பாளராகவும் (Backs) இருந்திருக்கின்றனர். அவர்கள் நோக்கமெல்லாம் எதிர் இலக்கில் எப்படியாவது பந்தை அடித்து 'வெற்றி எண்' (Goal) பெற வேண்டும் என்பது தான். தடுப்பதற்கும், காப்பதற்கும் அவர்கள் முயற்சி செய்யவில்லை.

இந்த நிலை மாறி, முன்னாட்டக்காரரின் எண்ணிக்கை 8லிருந்து ஏழாகி, ஏழு ஆறாகி, ஆறு ஐந்தாகி, அந்த ஐந்தும் கடைசியில் மாறாமல் நின்றே விட்டது. இந்த முதல் விதித் திருத்தமே, ஆட்டத்தின் வளர்ச்சிக்கு நல்ல வழி அமைத்துத் தந்து விட்டது.

இதன் பிறகு தோன்றிய விதிகள் எல்லாம், ஆட்டத்தில் நிகழ்கின்ற ஆபத்தைக் குறைப்பதற்கும், ஆட்டத்திற்கு சிறப்பும், வேகமும், விறுவிறுப்பும் தருவதற்காகவுமே அமைந்தன.

1886ஆம் ஆண்டு, முதன் முதலாக 'அடிக்கும் வட்டம்' (Striking Circle) ஒன்று D போன்ற எழுத்து வடிவம் உள்ளது போன்ற அமைப்பில் ஏற்படுத்தப் பட்டது.

1889ஆம் ஆண்டு, ஆடுகளத்தின் நிலையான எல்லை நிறுவப்பட்டது. நீளம் 100 கெசம், அகலம் 60 கெசம்.

இதே ஆண்டில் அடிக்கும் வட்டத்திற்குள் முரண்பாடான தவறுகள் நேர்வதைத் தடுக்க, சரியான தண்டனை தருவது போல, 'தண்டப்புல்லி' (Penalty Bully) உண்டாக்கப் பட்டது.

இலக்குக்கு அருகாமையில் சென்று, பந்து உயரப் போகும் வண்ணம் உயர்த்தி அடித்து, அதனல் ஆபத்து நிகழ்வதைத் தடுக்கவும், 'முனை அடி'யிலிருந்து (Corner Hit) இதே போல் பறந்து வரும்படி பந்தை அடித்து ஆடுவதையும் தவறு (Foul) என்று தடுக்கப்பட்டது.

முனை அடியிலிருந்து அடிக்கப்படும் பந்தை, இலக்கிற்குள் அடித்துச் செலுத்து முன்னர், தாக்கும் குழுவினர் (Attacking Team) ஒருவரால் பந்து நன்கு தடுத்து நிறுத்தப் பட்டு (பந்து சிறிது நகரலாம்), அதன் பின்னரே இலக்கிற்குள் அடிக்கப்பட வேண்டும் என்ற விதி அமைக்கப்பட்டது. இதனல் அபாயத்தைத் தடுக்கும் எண்ணம் நிறைவேறியது.

1906ஆம் ஆண்டு, உள்ளுருட்டலில் (Roll-in) சிறிது மாற்றம் ஏற்பட்டது. இதற்கு முன் 'முன்புறம் நோக்கித் தான் (Forward direction) உள்ளுருட்டலில் பந்தை உருட்ட வேண்டும்; வேறு எந்தத் திசையிலும் உருட்டக் கூடாது' என்ற விதிமாறி எந்தத் திசைப் பக்கமும் உருட்டலாம் என்ற விதி ஏற்படுத்தப்பட்டது.

ஒரு ஆட்டக்காரர் தன்னுடைய பகுதியில் (Own Half) நின்று கொண்டிருந்தால், எந்த நேரத்திலும் அவர் அயலிடத்தில் (Off Side) நிற்பதாகக் கருதப் படுவதில்லை என்ற புது விதி 'அயலிட விதிகளோடு' இணைக்கப் பட்டது.

1909ஆம் ஆண்டு 'தண்டமுனை' (Penalty Corner) என்ற புது முறையான 'விதி' அமைக்கப் பட்டது.

1925ஆம் ஆண்டு 'கோல்-விதிகளில்' (Stick Rules) ஒரு சில மாற்றங்கள் புகுத்தப் பட்டன.

'அடிக்கும் வட்டத்திற்குள்ளே' இலக்கிற்குள் பந்து செல்வதைத் தடுக்க முயலும் ஒரு காப்பாளன் (Defender), கோல் விதிகளை மீறி நடந்தால் அதற்குத் தண்டனையாக, அந்தக் குழுவுக்கு எதிராகத் தண்டப் புல்லித் (Penalty Bully) தரப்படும். எனும் விதி இணைக்கப்பட்டது. [விளக்கம் 'தண்டப் புல்லி' என்ற பிரிவில் காண்க],

'கோலில்' பந்தை ஏற்றி உயரே தூக்கி எறிவதை (Hooking) 'ஆபத்தைத் தரும் முறைகளில்' ஆடும் விளையாட்டாக, (Dangerous play) கருதப்பட்டது.

முன்பெல்லாம் ஆடுகளத்திற்கு வெளியே பந்துசென்றால் அதனை உள்ளுருட்டல் மூலமாகத்தான் பந்தை உள்ளே இட்டு, ஆட்டத்தைத் தொடங்கினார்கள் அந்த முறை மாறி இப்பொழுது வெளியே சென்ற இடத்தில் பந்தை வைத்து, அதனை உள்ளே தள்ளிவிடல் (Push in) என்பதாக மாற்றி புது விதியை புகுத்தி இருக்கின்றனர்.

இவ்வாறாக பல விதிகள் திருத்தப்பட்டும் இணைக்கப் பட்டும், மாற்றப்பட்டும் வந்ததற்குக் காரணம்-கால மாறு பாடு மட்டுமல்ல. இந்த ஆட்டத்தில் மக்கள் கொண்டிருந்த மட்டற்ற அன்பு, மறக்க முடியாத பாசம்; விளையாட்டில் விளைகின்ற சிறந்த இன்பமும், உடல்களைப்பும், அதனால் ஏற்படுகின்ற இதமான ஓய்வும், இனிமையும் அவர்களை அதிகம் சிந்திக்கத் தூண்டியது. துன்பம் நேர்வதைத் தடுக்கவும், சுவையை அதிகம் கொடுக்கவும் விளையாட்டைப் பண்படுத்தினர். பயன் படுத்தினர். இந்த மாற்றம் ஆடுவோருக்கும், பார்வையாளர்களுக்கும் சிறந்த களிப்பு தருவதன்றியும் ஆட்ட வளர்ச்சிக்கும் உறுதுணையாக மாறி வழி செய்தது.

இவ்வாறு விதிகளில் செழுமை பெற்ற ஆட்டம், நாடெங்கும் பரவியது. ஆட்டத்தை ஒலிம்பிக் போட்டிகளில் ஒன்றாக ஆக்கிவிட வேண்டும் என்ற முயற்சி அதிகமாக எழுந்தது, இதனால் 1900ஆம் ஆண்டு பாரிசில் நடந்த ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் இந்த விளையாட்டு இடம் பெற்றது.

விருந்துக்கு வந்திருந்த வெளி நாட்டுக் குழுவினர்கள், அந்த நாட்டுக் குழுவினரோடு ஆடினார்களே தவிர, இறுதி வெற்றி எதுவுமே குறிப்பிடப் படவில்லை. இம்முறையால், நாடுகளுக்கு இடையே இருந்த விளையாட்டின் வளர்ச்சியையும், உற்சாகத்தையும் காண முடிந்ததே தவிர, இதுதான் 'போட்டி ஆட்டம்' (Tournament) என முடிவு செய்யப் படவில்லை,

தொடர்ந்து வந்த அடுத்த ஒலிம்பிக் போட்டிகளில், 1908ஆம் ஆண்டு ஆட்டம் இணைக்கப்பட்டது.

1908, 1920ஆம் ஆண்டுகளில் நடந்த வளைகோல் பந்தாட்ட ஒலிம்பிக் போட்டியில், பிரிட்டனே வெற்றி முடி சூடிக் கொண்டது. 'இங்கிலாந்தே வளைகோல் வாழ்வுக்கும் வழி வகுத்தது' என்று வாயார வாழ்த்தி விட்டு, இங்கிலாந்திலிருந்து இந்தியாவுக்கு வருவோம். ஏனெனில் இன்று தலை சிறந்த ஆட்டக்காரர்கள் இருப்பது இங்கு தானே!

இந்தியாவில் வளைகோல் பந்தாட்டம்

பழங்கால இந்தியாவில் ஒரு வகையான பண்படாத நிலையில் அமைந்த வளைகோல் பந்தாட்டம் ஒன்று நிலவி வந்ததென்றும், இங்கிலாந்திலிருந்து முறையான தெளிவான முறையில் உருவான வளைகோல் பந்தாட்டம் வருவதற்கு முன்னமே, இந்த ஆட்டம் பல வகையான பெயர்களிலே

வழங்கப்பட்டு வந்திருக்கிறது என்றும், பஞ்சாபிலிருந்து வந்ததாகக் கூறப்படும் இந்த ஆட்டத்தின் பல பெயர்களில் ஒன்றாகக் 'கிடோ குண்டி' (Khiddo-Khundi) என்பது ஒன்று என்றும், சரித்திர ஆசிரியர்கள் நம்புகின்றனர். இப்படி இருந்த விளையாட்டில் 'பருத்தியால் ஆன பந்தும், முறுக்கப் பட்ட கோலும்' (Cotton ball and Twisted Stick) பயன் படுத்தப்பட்டன. ஆனால் இதற்கு மேல் மற்ற விவரங்கள் எதுவும் நமக்கு சரியாகத் தெரியவில்லை.

வளைகோல் பந்தாட்டம் இங்கிலாந்திலிருந்து இந்தியா வுக்கு 19ஆம் நூற்றாண்டின் இறுதிப் பகுதிக்கும் 20ஆம் நூற்றாண்டின் முற்பகுதிக்கும் உள்ள இடைக்காலத்திலே தான் வந்தது என்பர். இதற்குக் காரண கர்த்தாக்களாக அமைந்தவர்கள் இங்கிலாந்தின் சேனைத் தலைவர்களும் அவர்களது படையினருமேயாகும்.

இவர்கள் தங்களுடை தாயகத்தில் விரும்பி ஆடுகின்ற அத்தனை ஆட்டங்களையும் தாங்கள் செல்லும் வேறு நாடு களுக்கு எடுத்துச் சென்று பரப்புவதையே நோக்கமாகக் கொண்டிருந்தனர். அவர்களுடைய ஓய்வு நேரத்தைப் பயன் தரும் நல்ல வழியிலே செலவழிக்க, அன்றுகொண்டு வந்ததன் விளைவே, இந்த விளையாட்டு, இந்திய நாட்டிலே ஒரு புதிய உற்சாகத்தையும், புனித சகாப்தத்தையும் உண்டுபண்ணி விட்டது.

1885ஆம் ஆண்டு கல்கத்தாவில் முதன் முதலாகத் தோன்றிய வளைகோல் பந்தாட்ட சங்கங்களுக்குப் (Hockey Clubs) பிறகு, நாடெங்கும் சங்கங்கள் பெருவாரியாகத் தோன்ற ஆரம்பித்தன. இந்தியாவைப் பொறுத்த மட்டிலும் கல்கத்தாவே வளைகோல் பந்தாட்டத்தின் பிறப்பிடமாகவும் அமைந்தது.

கல்கத்தாவிலிருந்து அடுத்த படியாக, ஆட்டம் பம்பாய்க்குப் பரவியது. கல்கத்தாவும், பம்பாயும், (Bombay) ஆட்டத்தின் முக்கிய இடங்களாக விளங்கின.

பத்து ஆண்டுகளுக்குப் பிறகு 'பெய்ட்டன் கோப்பைத் தொடர் போட்டி (Beighton Cup Tournament) கல்கத்தாவிலும்; 'ஆகாகான் தொடர் போட்டி' (Agakhan Tournament) பம்பாயிலும் தேசிய அளவில் நடத்தப்பட்டது.

இதன் விளைவாக, நாடு முழுவதிலும், இந்த ஆட்டத்திற்கு நல்ல வரவேற்பும், ஆதரவும் பெருகின. இந்த நிலையே இந்தியாவை நல்ல நிலைக்கு முன்னேற்ற வழி அமைத்துத் தந்தது என்றால், இது மிகையாகாது.

கல்கத்தாவிலும், பம்பாயிலும் பெருகி வந்த சங்கங்களைக் கண்ட மற்ற மாநிலத்தாரும், தங்களுடைய மாநிலங்களில் சங்கங்களைத் தோற்றுவிக்க ஆரம்பித்தனர். முக்கியமாக, சேனைத் தலைவர்களிடையேயும், படை வீரர்களிடையேயும் கூட இந்த விளையாட்டு உணர்வு அதிகமாக எழ ஆரம்பித்தது.

பம்பாயிலிருந்து ஆட்டம் பஞ்சாபுக்கு (Punjab) வந்து, அதிகமாகப் பரவியது. 1903ஆம் ஆண்டும் பஞ்சாப் பல்கலைக் கழக விளையாட்டுப் போட்டிகளில் இந்த வளைகோல் பந்தாட்டமும் ஒன்றாக சேர்க்கப்பட்டது என்றால், பஞ்சாபில் இந்த ஆட்டத்தின் வளர்ச்சியை நாம் எப்படி கணக்கிட இயலும்? அதே ஆண்டு லாகூரில் 'ஜிம்கானா கிளப்பினரால்' அகில இந்திய அளவிலே திறந்த வெளிப் போட்டி ஒன்று நடத்தப்பட்டது.

மக்களிடையே பெருகி வரும் விளையாட்டு உற்சாகத்தைக் கண்டு, ஒரு சில ஆதரவாளர்கள் (1907-1908) இரண்டு ஆண்டுகளாக முயற்சி செய்து. அகில இந்திய வளைகோல்

பந்தாட்டக்கழகம் (All India Hockey Association) ஒன்றை நிறுவ முயற்சித்துத் தோல்வி அடைந்தனர். பன்னிரெண்டு ஆண்டுகள் முயற்சியின்றிக் கழிந்தது.

1920ஆம் ஆண்டு நியூகாம் (Newham C.E.) என்பவர் 'தலைமை சங்கம் (Central Organisation) ஒன்றை நிறுவ முயற்சித்தார். முயற்சியும் வெற்றி அடைந்தது. சங்கத்திற்கு நல்ல ஆதரவு கிடைக்காமையால் அதுவும் பிறந்த நான்கு ஆண்டுகளுக்குள்ளேயே மறைந்தது.

பெரிய அதிகாரிகள், பிரபல, ஆட்டக்காரர்கள், ஆதரவாளர்கள் யாவரும் ஒன்று கூடி, 1924ஆம் ஆண்டு சங்கம் ஒன்றை உருவாக்க முயன்றனர். லெப்டினன்ட் கர்னல் லூவர்டு (Lt. Col Luard) என்பவர் முயற்சியால், 1925ஆம் ஆண்டு நவம்பர் 7ந் தேதியன்று, 5 அங்கத்தினர்களைக் கொண்டு 'அகில இந்திய வளைகோல் பந்தாட்டக்கழகம்' தோற்றுவிக்கப்பட்டது. இதுவே வளைகோல் பந்தாட்ட இந்திய சரித்திரத்தின் முக்கியமான நாளாகும்.

தலைமை நிலையம் குவாலியர் எனும் நகரில் இருந்தது. திரு. என். எச். அன்சாரி (N. H. Ansari) என்பவர் முதன் முதலில் செயலாளராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டார். தலைமைக் கழகம் ஏற்பட்டதன் பயனாக, முதன் முதலில் வளைகோல் பந்தாட்டக் குழு (Hockey Team) ஒன்றை வெளி நாட்டுக்கு (நியூசிலாந்து) அனுப்பி வைத்து 'இந்திய சேனை' (Indian Army) பெரும் புகழைத் தன் புகழுடன் சேர்த்துக் கொண்டது. பின்னர் 1927ஆம் ஆண்டு இதன் தலைமை நிலையம் டில்லிக்கு மாற்றப்பட்டது.

தலைமைக் கழகம் 1928ஆம் ஆண்டு தேசிய வெற்றிப் போட்டியைக் (National Championship) கல்கத்தாவிலே முதன் முதலாகத் தொடங்கியது. பல முறை ஒலிம்பிக்

போட்டிகளில் கலந்து கொள்ள முயன்றும், ஆசை நிறைவேருது, இறுதியாக 1928ஆம் ஆண்டு ஆம்ஸ்டர்டாம் (Amsterdam) நகரத்தில் நடந்த ஒலிம்பிக் போட்டியில் இந்தியா கலந்து கொண்டது.

எந்த நாட்டோடும் ஒரு முறையேனும் தோல்வி அடையாமல் (இந்தியாவுக்கு எதிராக எந்த நாடும் ஒரு வெற்றி எண் (கோல்) கூட பெறவில்லை என்பது குறிப்பிடற்குரியது) இறுதிப் போட்டியில் ஹாலந்தை (Holland) வெற்றி கொண்டது.

இதன் பின்னர் தொடர்ந்து வந்த ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் (1932, 1936, 1948, 1952, 1956) வெற்றி பெற்று வீரமுடியை சூடிக் கொண்டது. ஆனல் 1958ஆம் ஆண்டில் ஆசியப் போட்டியிலும், 1960ஆம் ஆண்டு நடந்த ஒலிம்பிக் போட்டியிலும், பக்கத்து நாடான பாகிஸ்தானிடம் எதிர்பாராத விதமாகத் தோல்வியுற்றது.

ஆனுலும் 1963ஆம் ஆண்டு நடத்தப் பெற்ற அகில உலகப் போட்டியான 'லியான்ஸ் தொடர் போட்டியில்' (Lyons Tournament) பாரதம் தன்னுடைய பழைய நிலையை அடைந்து, வெற்றி கண்டு, தன் முதல் இடத்தைத் திரும்பப் பெற்றது.

இந்திய வளைகோல் பந்தாட்டக் கழகத்தின் ஆதரவில் நடந்த தேசிய வெற்றிப் போட்டி, 1928ஆம் ஆண்டிலிருந்து இரண்டு ஆண்டுகளுக்கு ஒரு முறைதான் நடத்தப் பெற்றது. 1944ஆம் ஆண்டுக்குப் பிறகு ஆண்டுதோறும் நடத்துவதாக முடிவு செய்யப்பட்டு நடந்து வருகிறது.

1951ஆம் ஆண்டு சென்னை மாநிலம் முதன் முதலாகத் தேசிய வெற்றிப் போட்டியை நடத்தியது. அதற்கான பரிசுக் கோப்பையின் பெயர் 'ரெங்கசாமி' என்பவரின்

நினைவுக்காகக் கொடுக்கப் பட்டதாகும். (Rangasamy Cup Sports and Postime.)

விளையாட்டும் பொழுது போக்கும் என்ற வார மலரில் திறம்பட செயலாற்றிய திரு. ரெங்க சாமிக்கு அந்த நிறுவனத்தார் அளித்ததே அந்த பரிசுக் கோப்பையாகும். பின்னர், பாரதம் ஆசிய வெற்றிப் போட்டி (Asian Champion ship) ஒன்றை நடத்தி, பெருமை பெறத்தக்க அளவிலே வெற்றி அடைந்தது.

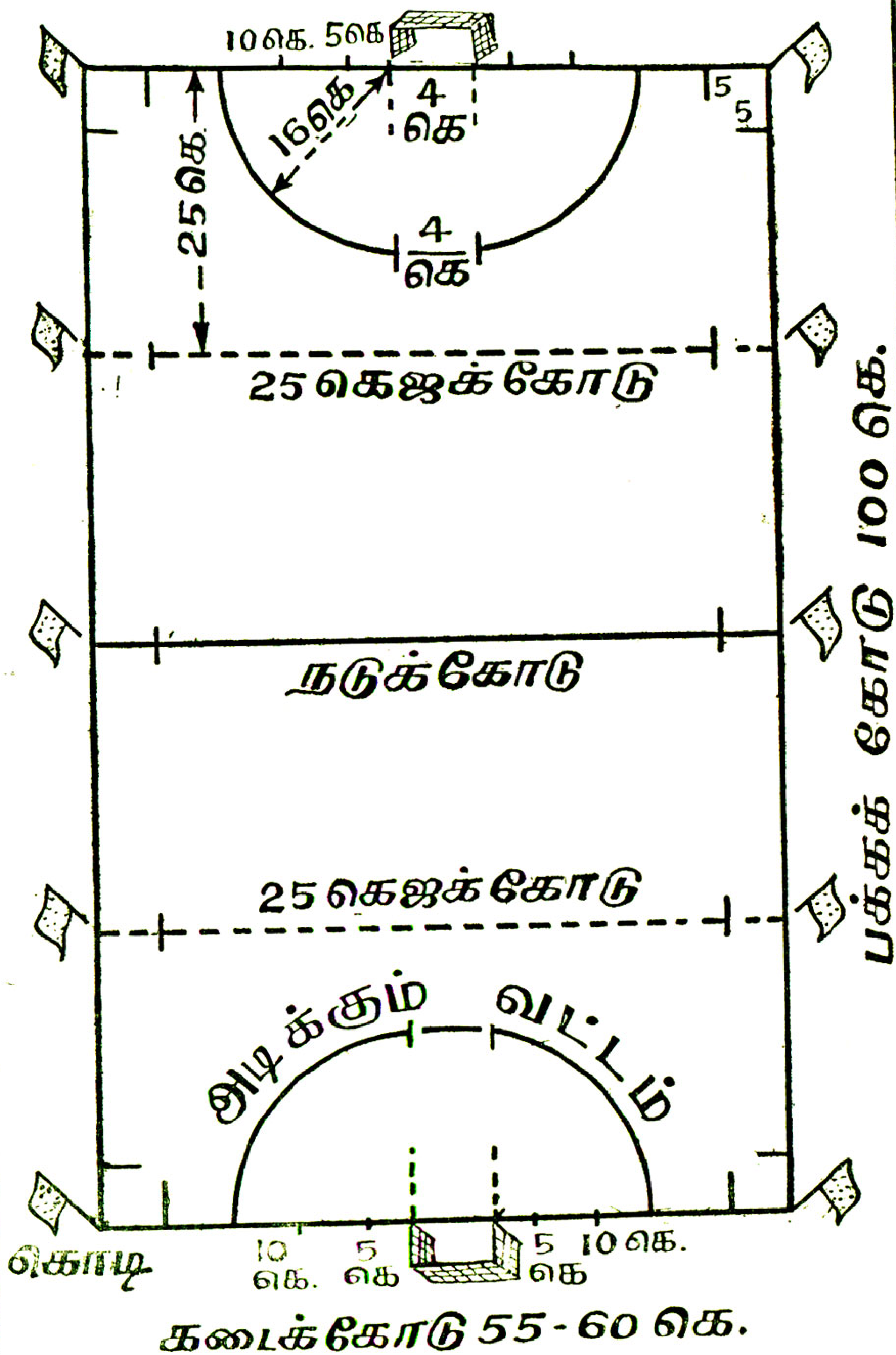
உலகிலே தலை சிறந்த நாடாக பாரதம் இந்த ஆட்டத்தில் 1928லிருந்து விளங்கினாலும், இரண்டு முறை பாகிஸ்தானோடு தோற்றுவிட்டது. அதன் பின்னர் அருமுயற்சியெடுத்துக் கொண்ட பாரதம், சிறந்த பயிற்சியைக் கொடுத்து, 1980ஆம் ஆண்டு மாஸ்கோவில் வென்று மீண்டும் தன் பெருமையைக் காத்துக் கொண்டது.

இருப்பினும் சிறந்த ஆட்ட வீரர்களைத் தெரிந்தெடுத்து, ஊக்குவிப்பதும், அவர்களை சிறந்த முறையில் கௌரவிப்பதும் அரசினரின் கடமையாகும். அனுபவத் திற்காக பல வெளி நாடுகளுடன் போட்டியில் கலந்து கொள்வதும், ஆதரவும் நம் நாட்டின் குழுவை இன்னும் வலிமை உடையதாக மாற்ற உதவும்.

விளையாடும் முறை

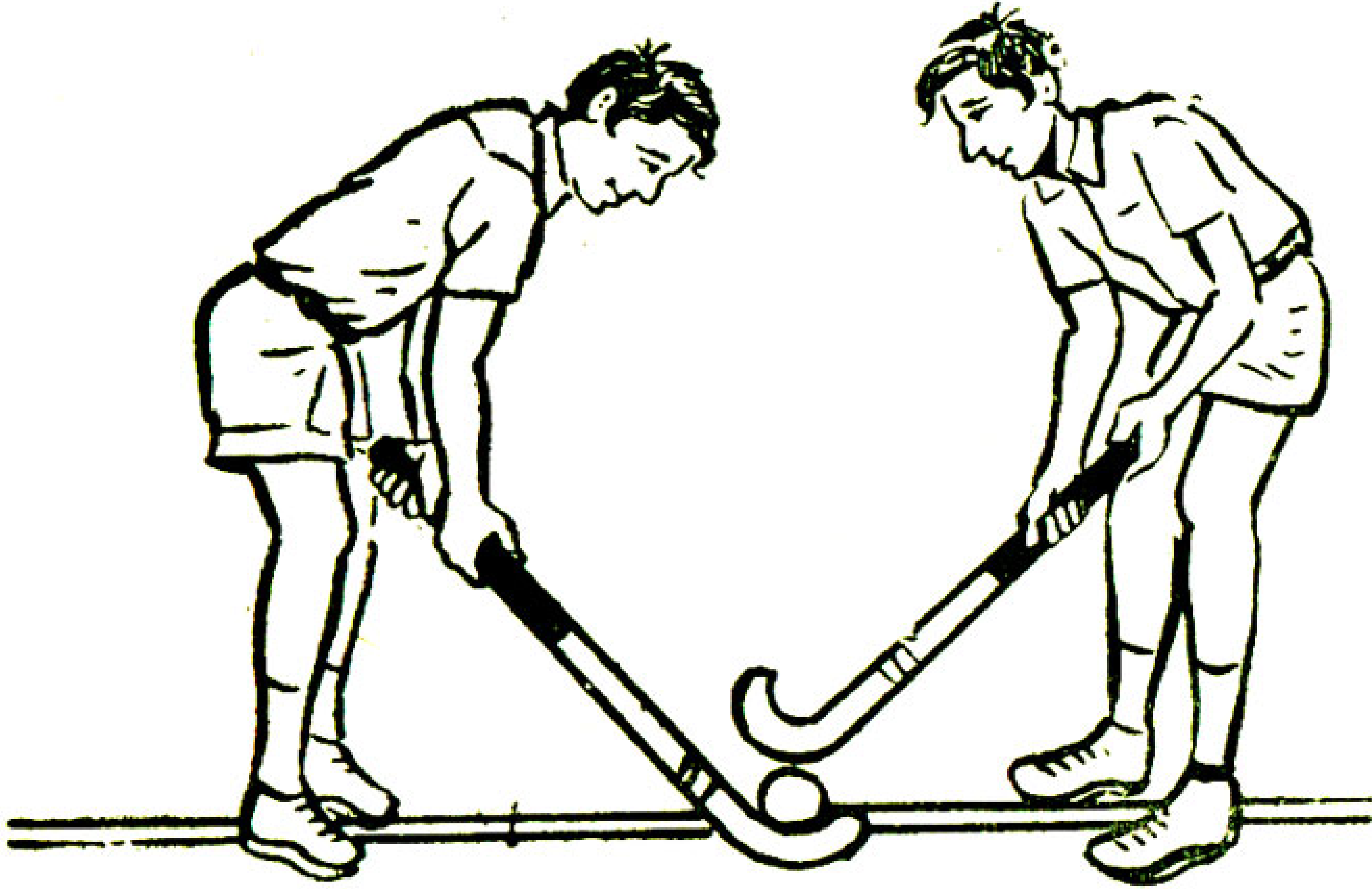
5 முன்னோட்டக்காரர்கள், 3 இடைக் காப்பாளர்கள், 2 கடைக்காப்பாளர்கள், 1 இலக்குக் காவலன், என்று ஒரு குழுவுக்கு ஆட்டக்காரர்கள்' உண்டு. ஒவ்வொரு ஆட்டக் காரருக்கும் தனிப்பட்ட முறையில் ஒவ்வொரு வளைகோல் (Stick) உண்டு. இலக்குக் காவலனுக்குக் காலில் தடுப்பு சாதனங்களாக வளைகோலோடு, கால்களுக்கு 'மெத்தை உறை'யும் (Pads) உண்டு.

வளைகோல் பந்தாட்ட ஆடுகளம்



கடைக்கோடு 55-60 கெ.

இரு குழுவிலுள்ள ஆட்டக்காரர்கள் எல்லோரும் தாங்கள் ஆடுகின்ற இடத்தில் (Position) போய் நின்று கொள்ள வேண்டும். இரண்டு குழுவுக்கும் உள்ள முன்னுட்டக்காரர்கள் நடு இடத்தை வகிக்கும் மைய ஆட்டக்காரர் (Centre forwards) இருவரும், நடுக்கோட்டை மையமாக்கி, எதிரெதிரே நின்று, நடுவரின் குழலொலிக்குப் பிறகு இருவரும் (இரண்டு கால்களையும் பிரித்து வைத்து நடுக் கோட்டில் நிற்கும் நிலையில்) மையத்தில் உள்ள பந்தின் பக்கமாக இருவரும் சேர்ந்தாற் போல் தரையில் தட்டி, பின்னர் அடுத்தவரது வளைகோலில் தட்ட வேண்டும்.



இவ்வாறு மூன்று முறை தரையிலும், அடுத்தவர் வளைகோலிலும் மாறி மாறி ஒன்றன் பின் ஒன்ருகத் தட்டிய பின்னரே, பந்தைக் கோலினுல் தொட்டு ஆட வேண்டும். இந்த முறையைத்தான் புல்லி (Bully) என்கிருேம். இதற்குப் பிறகுதான் ஆட்டம் முறையாகத் தொடங்கி வைக்கப்படுகிறது.

எதிர்க் குழுவினருக்கு உரியதான இலக்கினுள் (Goal (இரண்டு கம்பங்களுக்கு நடுவில், குறுக்குக் குச்சியின் கீழே, கடைக் கோட்டைத் தாண்டி) பந்தை அனுப்புவதே ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கமாகும். இப்படி அனுப்பிய குழுவுக்கு 1 வெற்றி எண் (Goal) கிடைக்கும்.

ஆனால் இலக்கிற்குள் அடிக்கப்படும் பந்தானது, இலக்கிற்குள் போகும் முன்பு, ஒரு தடவையாவது அடிக்கும் வட்டத்திற்குள் தாக்கும் குழுவினரில் ஒருவரின் வளைகோலில் பட்டிருக்க வேண்டும். இல்லையேல் அது வெற்றி எண்ணாகக் (Goal) கருதப்பட மாட்டாது.

தாக்கும் குழுவினரால் அடிக்கப்படும் பந்து, தடுக்கும் குழுவினர் பகுதியின் கடைக் கோட்டிற்கு வெளியே சென்றால், ஆட்டத்தை மீண்டும் 'தனியடி' மூலம்தான் (Free Hit) ஆரம்பிக்க வேண்டும். விதிகளின்படி இலக்கினுள் சென்று விட்டால், நடுக் கோட்டின் நடுப் பாகத்திலுள்ள மையப் புல்லியிலிருந்து புல்லி மூலம் ஆரம்பிக்க வேண்டும்.

தடுக்கும் குழுவினரின் வளைகோலில் பட்டு, பந்து கடைக் கோட்டிற்கு வெளியே சென்றால், அதற்காகக் கடைக் கோட்டிலுள்ள 'நெடு முனையில்' (Long Corner) வைத்துப் பந்தை அடித்து ஆட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும்.

வேண்டுமென்றே (Intentionally) தடுக்கும் குழுவினர் பந்தைத் தங்கள்கடைக்கோட்டிற்கு வெளியே அனுப்பினால், ஆட்டத்தை முன்முனையில் (Short Corner or Penalty Corner) பந்தை வைத்து அடித்துத் தொடங்க வேண்டும். ஆட்டக்காரர்கள் நிற்கும் இடத்தின் நிலையை 'முனை' என்னும் பகுதியில் காண்க.

பக்கக் கோட்டிற்கு (Side Line) வெளியே பந்து சென்றால், பந்தை வெளியே அனுப்பிய குழுவுக்கு எதிராக, எதிர்க் குழுவினர் பக்கக் கோட்டிற்கு வெளியே நின்று, பந்தை உள்ளே தட்டிவிடல் (Push-in) வேண்டும். அப்பொழுது எல்லா ஆட்டக்காரர்களும் 7 கெசக் கோட்டிற்கு (7 yards line) அப்பால் நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும்.

ஆட்ட இறுதி நேரத்தில், எந்தக் குழுவினர் மற்றவரை விட அதிக 'வெற்றி எண்' பெற்றிருக்கின்றாரோ, அவரே வென்றவர் ஆவார்.

எதிர்க் குழுவினரை ஏமாற்றி, பந்தை உருட்டிச் சென்று, அடிக்கும் வட்டத்திற்குள்ளே நிறுத்தி, இலக்கை நோக்கி அடிக்கும் திறமைக்கு நல்ல பயிற்சி வேண்டும்.

எல்லா ஆட்டக்காரர்களுக்கும் இல்லாத ஒரே ஒரு சலுகை இலக்குக் காவலருக்கு மட்டும் உண்டு. பந்தைக் கோலால் தடுக்கலாம்; காலால் உதைக்கலாம்; பறந்து வரும் பந்தைக் கையால் தடுத்து நிறுத்தி, பின் உதைக்கலாம். உடல் மேல் பந்தைப் பட விடலாம். ஆனால் மற்றவர்கள் உடம்பின் மேல் பந்து பட்டால் அது தவறாகும்.

சில முக்கியக் குறிப்புகள்

புல்லி

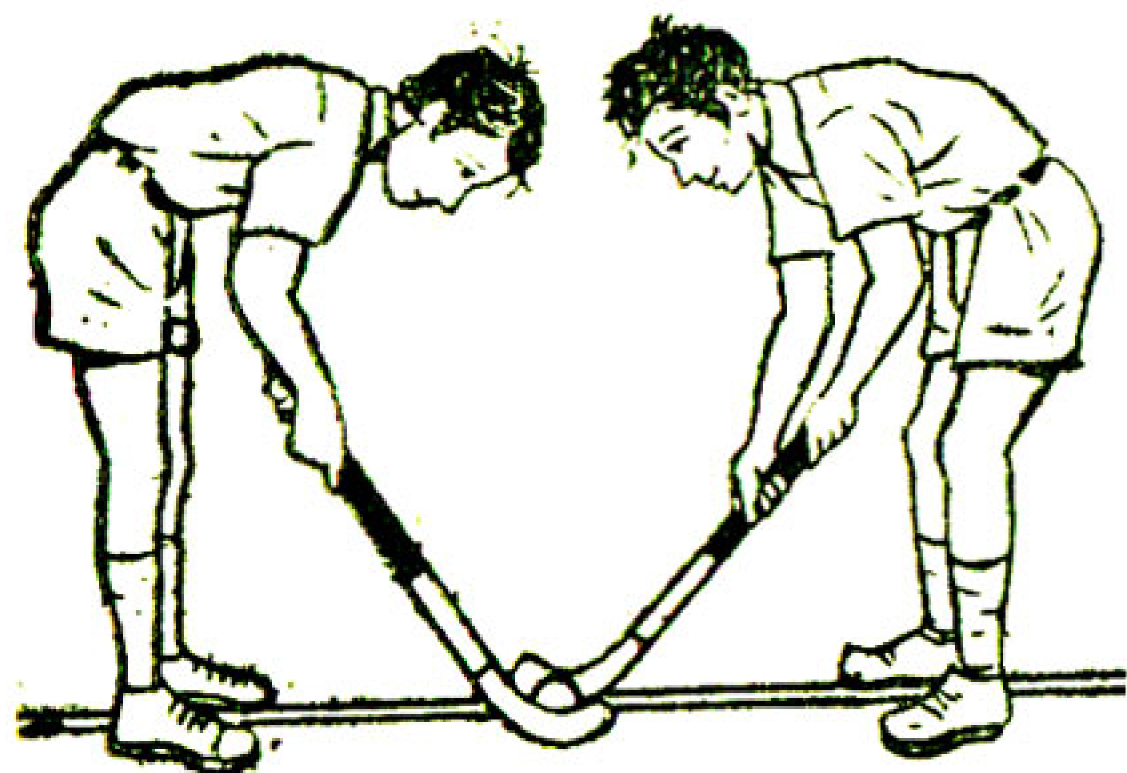
புல்லி எடுக்கும் முறையை 'விளையாடும் முறை' என்ற பகுதியில் காண்க. ஆட்டம் ஆரம்பமாவதற்கு முன்னும், இடைவேளைக்குப் பின் ஆட்டத்தைத் தொடங்குதற்கும், ஒவ்வொரு முறையும் சரியான முறைப்படி பந்து இலக்கினுள் செலுத்தப்பட்டு வெற்றி எண் எடுத்த பிறகும் ஆட்டத்தை தொடங்க, புல்லி பயன் படுகிறது.

தண்டப் புல்லி (Penalty Bully)

4 கெச நீளமுள்ள இலக்குவின் மையப் புள்ளியிலிருந்து, (ஆடுகளத்தின் நேர் முகமான 'அடிக்கும் வட்டத்திற்குள்') 3 கெச தூரத்தில் அமைந்துள்ள இடத்தில் 'தவறுக்கு ஆளானவரும்' தவறு செய்தவரும் சேர்ந்து புல்லி

எடுப்பதற்குத் தான் தண்டப் புல்லி என்று பெயர் (தண்டப் புல்லி எடுக்கும் இடத்தை ஆடுகளத்தில் காண்க).

தண்டப் புல்லி எடுக்கும் நேரத்தில், மற்ற எல்லா ஆட்டக்காரர்களும் இன்னும் இலக்குக் காப்பாளருங்கூட



25 கெசக் கோட்டிற்கு அப்பால், புல்லியின் முடிவு தெரியும் வரை நிற்க வேண்டும். தண்டப்புல்லி எடுப்பதற்கு உரிய காரணங்கள் பின்வருமாறு :

(1) காப்பாளர்கள்— பந்து இலக்கினுள் செல்வதை ஏதாவது ஒரு தவறு செய்தபடி (fouls) தடுத்தால்;

(2) பந்து— தவறினால் தடுக்கப்படும் பொழுது...... 'இந்தப் பந்து இவரால் தடுக்கப்படாமல் இருந்திருந்தால் இலக்கினுள் சென்றிருக்கும் என்று நடுவர் நினைத்தால்;

(3) தாக்கும் குழுவினர், இலக்கினுள் பந்தை அடிக்க முயலும் நேரத்தில் விதிகளை மீறி முரட்டுந் தனமாக நடந்து கொண்டால்;

(4) செய்த பெருந்தவறை நடுவரின் எச்சரிக்கைக்குப் பிறகு மீண்டும் வேண்டுமென்றே செய்தால் : தண்டப் புல்லி தண்டனையாகக் கொடுக்கப்படும்.

முனை (Corner)

பந்து காப்பாளர்களது கோலில் பட்டு இலக்கினுள் நுழையாமல், கடைக்கோட்டிற்கு வெளியே சென்றால், அதற்காகத் தாக்கும் குழுவினர் பந்தை முனையில் வைத்து அடிப்பார்கள். முனையில் இரு வகை உண்டு.

(1) நெடுமுனை (Long Corner)

பந்தைத் தடுக்கக் காப்பாளர்கள் முயலும் பொழுது, பந்து (அவர்களது) கோலில் பட்டு நிற்காமல், கடைக் கோட்டிற்கு வெளியே சென்றால் (அந்தப் பந்து, வேண்டும் என்றே வெளியே தள்ளப்பட்டதல்ல.) இதற்காக 'நெடு முனை'யைப் பயன் படுத்துதல் மரபு. பந்து எந்தப் பக்கமாக வெளியே சென்றதோ, அந்தப் பக்கத்தின் பக்கக் கோடும், கடைக் கோடும் கூடுகின்ற இடத்திலோ அல்லது 3 கெச அளவு தூரத்தில் வைத்தோ பந்தை அடிக்க வேண்டும்.

(2) முன் முனை (Short Corner)

கடைக் கோட்டிற்கு வெளியே காப்பாளர்கள் பந்தை வேண்டுமென்றே தள்ளி விட்டால், இதற்காக முன்முனை பயன் படுத்தப்படும். 'அடிக்கும் வட்டத்திற்குள்' விதிகளில் பிறழ்ந்தாலும், முன் முனை 'தண்டமாகத்' தரப்படும்.

முனை அடி எடுக்கும் பொழுது, இலக்கில் உள்ள ஒரு கம்பத்திலிருந்து அந்தக் கடைக் கோட்டில் 10 கெசத்திற்கு அப்பால் எந்தப் பக்கம் வைத்துத் தாக்கும் குழுவினர் பந்தை அடிக்க விரும்புகிறார்களோ, அந்தப் பக்கத்தில் வைத்து அடித்து, ஆட்டத்தைத் தொடங்க வேண்டும். இந்த நேரத்தில் '6 காப்பாளர்கள்' கடைக்கோட்டிற்கு வெளியேயும், 5 தாக்குவோர்' அடிக்கும் வட்டத்திற்கு வெளியேயும் நின்று பந்தை அடித்துத் தள்ளிய பிறகுதான்,

மற்றவர்கள் ஆட வேண்டும். பின்னர், ஆட்டத்தில் எல்லோரும் கலந்து கொள்ளலாம்.

உள்ளே தள்ளிவிடல் (Push in)

எந்தக் குழுவினர் பக்கக் கோட்டிற்கு வெளியே பந்தை அனுப்பி விடுகின்றூர்களோ, அந்தக் குழுவிற்கு எதிராக ஆடும் குழுவினர், பந்தை உள்ளே தள்ளி அனுப்பி ஆட்டத்தைத் தொடங்கச் செய்கின்ற முறைக்கே பந்தை உள்ளே தள்ளி விடல் என்று அழைக்கிறோம்.



பக்கக் கோடுகளில் ஏதாவது ஒன்றின் பகுதியில், எந்த இடத்தைக் கடந்து பந்து வெளியே சென்றதோ, அதே இடத்தில், பந்தை வைத்துத்தான் உள்ளே தள்ளி விடல் வேண்டும்.

பந்தை தரையோடு தரையாகத் தான் தள்ளி விட வேண்டும். அதை வேகமாக அடித்து ஆடக் கூடாது.

பந்தைத் தள்ளி விட இருப்பவர், ஆடுகளப் பகுதிக்கு உள்ளே பக்கக் கோட்டைக் கடந்தவாறும் நிற்கலாம். அல்லது பக்கக் கோட்டிற்கு முழுதும் வெளியே நின்றபடியும்

தள்ளலாம். ஆனால், நடுவரின் விசில் ஒலிக்குப் பிறகு கால தாமதம் செய்யாமல் இதைச் செய்ய வேண்டும்.

பந்து வைக்கப்பட்டிருக்கும் இடத்திலிருந்து, 5 கெசத்திற்கு அப்பால் தான் எல்லா ஆட்டக்காரர்களும் நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும்.

யாராவது ஒருவர் 5 கெசத்திற்குள்ளாக நின்று கொண்டிருக்கும் பொழுது, பந்தை உள்ளே தள்ளி விட்டால், மீண்டும் உள்ளே தள்ளி விடும் வாய்ப்பை அவருக்கே தர வேண்டும்.

உள்ளே தள்ளி விடுபவர் தவறு செய்தால், அந்த குறிப்பிட்ட இடத்திலிருந்து பந்தை உள்ளே தள்ளிவிடும் வாய்ப்பு எதிர்க் குழுவிற்குப் போகும்.

உள்ளே தள்ளி விட்டவரே, மற்ற ஆட்டக்காரர்கள் யாராவது வந்து பந்தை விளையாடுவதற்கு முன், தானே ஆடக்கூடாது.

அந்தத் தவறு நிகழுமானால், எதிர்க் குழுவினருக்குத் தனி அடி அடித்து ஆட்டத்தைத் தொடங்குகின்ற வாய்ப்பை நடுவர் வழங்குவார்.

தனியடி (Free Hit)

(1) பந்தை அடிக்கத் தொடங்குவதற்கு முன்னும், அல்லது அடித்த பின்னும் 'கோலை'த் தோள் அளவுக்கு (Shoulder level) மேலே உயர்த்துதல்.

(2) எதிர்க் குழுவினர் அருகில் இருக்கும்பொழுது, பந்தை அபாயகரமான முறையிலே அடித்து ஆடுதல்;

(3) பந்தை உயரத்திலே பறக்குமாறு அடித்தல் (Under out)

(4) வளைகோலின் மேல்புறத்தைக் (Right Side) கொண்டு அடித்து ஆடுதல்;

(5) தனது உடலில் எந்தப் பாகத்தையாவது பந்தைத் தொட விடுதல்;



(6) எதிர்க் குழுவினரைத் தள்ளுதல் (Pushing), இடித்து முன்னுக்குத் தள்ளிக் கொண்டே போகுதல் (Shoving); காலைத் தட்டி இடறி விடுதல் (Tripping);

(7) எதிர்க் குழுவினரை வேண்டுமென்றே கையால் அடித்தல், பிடித்துக் கொள்ளுதல், உடலால் இடித்தல்;

(8) பந்தை அடிக்கப் போகும் பொழுது, அவருடைய கோலைத் (Stick) தூக்கி இடறி விடுதல்;

(9) எதிர்க் குழுவினர் பந்தைத் தள்ளி ஆடிக் கொண்டிருக்கும் பொழுது எதிரே ஓடி வந்து விழுதல்; முன்னால் தடையாக நின்று தொந்தரவு தருதல்;

(10) பந்தைக் கோலால் தூக்கியவாறு ஏந்திக் கொண்டே ஓடுதல்;

(11) இடது புறம் தவறான வழியில் வந்து, பந்தை எடுக்க முயலுதல்;

(12) இலக்குக் காவலன் அடிக்கும் வட்டத்திற்கு வெளியே ஓடி வந்து பந்தைக் காலால் உதைத்தல்.

(13) கையில் வளைகோல் இல்லாமல் விளையாட முனைந்து, ஆட்டத்திற்கு இடையூறாக நிற்றல்;

இது போன்றத் தவறுகளுக்கு (Fouls)— அடிக்கும் வட்டத்திற்கு வெளியே நிகழ்ந்தால், எந்த இடத்தில் தவறு நேர்ந்ததோ, அதே இடத்தில் தவறு செய்தவருக்கு எதிராகப் பந்தை வைத்துத் 'தனியடி' அடிக்க வாய்ப்புத் தரப்படுகிறது.

அடிக்கும் வட்டத்திற்கு உள்ளே நிகழ்ந்தால், முன் முனையோ அல்லது சில அபாயகரமான வேளைகளில் தண்டப் புல்லியோ தரப்படும்.

அயலிடம் (Off-side)

கால் பந்தாட்டத்தில் உள்ளது போலவே, இந்த ஆட்டத்திலும் அயலிடம் பார்க்கப் படுவதுண்டு.

ஆட்டம் எதிர்க் குழுவினரின் பகுதியில் நடந்து கொண்டிருக்கும் பொழுது, தாக்கும் குழுவில்-உள்ள ஒருவர்

அயலிடம் ஆகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியது அவசியமாகும். அதற்காக அவர் ஆடும் சூழ்நிலையை நன்கு புரிந்து கொண்டு, அதன்படி நடந்து கொள்ளும் ஆற்றல் வேண்டும்.

அதாவது அவருக்கும் கடைக் கோட்டிற்கும் இடையே, 2 எதிர்க் குழு ஆட்டக்காரர்கள் இருக்க வேண்டும். அல்லது தன் குழுவைச் சேர்ந்த ஒருவர் பந்தை அடிப்பவராகவோ (Striker) பந்தை உள்ளே தள்ளி விடுபவராகவோ தனக்கு முன்பாக இருக்க வேண்டும்.

இந்த நிலைமை இல்லாதிருந்தால், அவர் கட்டாயம் அயலிடத்தில் இருந்ததாகத் தான் கருதப்படுவார். அப்படி அயலிடத்தில் இல்லாமல் தன்னைத் தடுத்துக் கொள்வதற்கு அவருக்கு நான்கு வழிகள் உண்டு. அதை ஒவ்வொருவரும் அறிந்து கொள்வது தலையாயக் கடமையாகும்.

(1) தன்னுடைய சொந்தப் பகுதியிலே (Own Half) எப்பொழுதும் நின்று கொண்டு இருந்தால்;

(2) எதிர்க் குழுவினரின் பகுதியில் 2 காப்பாளர்களுக்கு முன்னால் நின்று கொண்டிருந்தால்;

(3) பந்து கூடவே ஓடினால்;

(4) அயலிடத்தில் இருந்து கொண்டே, ஆட்டத்தில் பங்கு பெறாமலும், பங்கு பெற முயற்சியாமலும் இருந்தால்;

அவர் அயலிடம் ஆவதற்கு வாய்ப்பே கிடையாது. இவ்வாறு முன்னாட்டக்காரர் 'அயலிடம் அடிக்கடி ஆகாது

ஆடவேண்டும். அடிக்கடி அயலிடம் வந்தால், இலக்கிற்குள் பந்தை அடிக்கின்ற வாய்ப்பை நாமே கெடுத்துக்கொண்டவராகின்றோம். அதுமட்டுமன்றி. நம் குழுவினருக்கும் இந்த செயல், எரிச்சலை உண்டுபண்ணும். இன்னும் ஆட்டத்தின் வேகமும் கொஞ்சம் குறைவுபடும். ஆகவே, கூடியவரை, அயலிடம் ஆகாமல், பந்துடனே ஓடி ஆடினால் இலக்கினுள் பந்தை அடிக்க வாய்ப்புக்கள் அதிகமாகும். ஆடுவதற்கும் இனிமையாக இருக்கும்.

அடிப்படைத் திறன் நுணுக்கங்கள்
(Fundamental Techni:ques)

உலகின் தலைசிறந்த வளைகோல் பந்தாட்டக்காரரான இந்தியர் **'மேஜர் தியான்சந்து'** (Dyanchand) கூறுகின்றார்.

'வளைகோல் பந்தாட்டம்—நிறைந்த திறன் நுணுக்கங்களைக் கொண்டதொகு சிறந்த விளையாட்டாகும். சிறந்த



முறையில் விளையாட்டை ஆடுவது—அதற்குள்ளே தோன்றும் ஒரு கலையுணர்வு போன்றதாகும். மதிநுட்பமும், கூர்மையான விழிகளும். வலிய மணிக்கட்டும், வளமான

உடல்திற நிலையும் (Physical Fitness) விரைவாக முடிவு எடுக்கக்கூடிய மனமும், அதை செயல்படுத்தக்கூடிய உடலும் இதற்கு அதிகமாகத் தேவைப்படுகிறது. அமைதியான பண்பும், நிறைந்த (Sportsmanship) பொறுமையும் பெருந் தன்மையான குணநலன்களும் இந்த விளையாட்டிற்கு அவசியமாகிறது. குறிப்பாகக் கூறவேண்டுமானல், இந்த ஆட்டம் ஒரு தேர்ந்த ஆட்டக்காரரை மட்டுமல்ல— மனிதாபிமானம் உள்ள ஒருவரைத்தான் மிகவும் விரும்புகிறது.''

ஆகவே, ஆட்டம் சிறப்புற ஆடப்படுவதற்கு மேலே கூறிய திறன்கள் நிச்சயம் தேவைப்படுகின்றன. திறமையை, சொல்லாலும் நினைவாலும் மட்டுமன்றி செயலிலும் மேற் கொள்வதால் தான், உரிய பலனை உரிய சமயத்தில் எய்திட ஏதுவாகிறது.

எனவே, ஆட்டத்திற்கு முயற்சியும் பயிற்சியும் இரு கண்களாகவே விளங்குகின்றன. சித்திரமும் கைப்பழக்கம், செந்தமிழும் நாப்பழக்கம் என்பது போல, ஒரு சில நுணுக் கங்களைத் தெளிவாகக் கற்றுக் கொண்டு, உண்மையான முயற்சியுடன் ஆடிப்பழகிக் கொண்டிருந்தால், ஆட்டம் நமக்கு எளிதாகிவிடும். திறனும் நம்முடன் ஐக்கியமாகி விடும்.

சில அடிப்படைத் திறன்களை வரிசைப் படுத்திச் சொன்னல், வழி பற்றி நடக்க இயலும் என்று எண்ணி, எழுதத் தொடங்கியதும் முறை தானே!

பந்தை அடிக்கும் முறை (Hitting the ball)

பந்தை முதலில் அடிக்க முயலுவதற்குள், வளைகோலைப் பிடிக்கின்ற முறையை (Grip) அறிந்து கொள்ள வேண்டியது மிகமிக அவசியமாகும். தளர்த்திய நிலையில் எளிதாக

அப்படியும் இப்படியுமாகத் திருப்ப, ஏதுவான விரைப்பற்ற முறையிலே 'கோலை' இரு கைகளாலும் தூக்கி அடிக்கும் நிலையிலே பிடிக்கப் பழக வேண்டும். விரைப்பாக அழுத்திப் பிடித்தால், பந்தை வேகமாக அடிக்க முடியாது.

வேகமாக எதிரே ஓடி வரும் பந்தைத் தடுத்து நிறுத்தப் பழக வேண்டும். கோலினால் பந்தை முன்னும் பின்னும் இழுத்து, கோலின் பிடியிலிருந்து பந்து விலகிப் போகாமல்,



விடாது தள்ளி, நாம் நினைக்கும் இடத்திற்குப் பந்தை அனுப்புகின்ற வகையில், பந்துக்கும் கோலுக்கும் உள்ள உறவை நாம் பலப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

பந்தை வேகமாக முன்னேக்கித்தள்ளி அனுப்புவதற்கும் (Push Shot); அருகிலே நின்று கொண்டிருக்கும் தன் குழு வினருக்குச் சிறிது உயர்ந்த அளவு உயரத்தின் வழியாகப் பந்தை அனுப்புவதற்கும் (Scooping); பந்தைத் திறமை யாக நிறுத்தி, கைகளிரண்டையும் கோலோடு உயர்த்தி, வேகமாகப் பந்தை உந்தி அடிப்பதற்கும் நாம் நம்மைத் தேர்ச்சி செய்து கொள்வது இன்றியமையாததாகும். இத்தனை வகைகளிலும் பந்தை அடிக்கும் முறையில் கவனம் செலுத்தி, ஆட்ட நேரத்தில் தேவையான சமயங்களில் இந்தத் திறன் நுணுக்கங்களைப் புகுத்தி, நன்கு பயன்

படுத்திடப் பயிற்சி பெறுபவர்தான், ஆட்டத்தில் புகழ் பெற முடியும்.

பந்தை வழங்கும் முறை (Passing the ball)

தன் கைவசமுள்ள பந்தைத் தன் குழுவினருக்குக் கொடுத்து ஆடவும், அதே நிலையில் தன் எதிர்க்குழுவினரிடம் பந்து சேராது தன் குழுவினருக்கே சரியாகப்

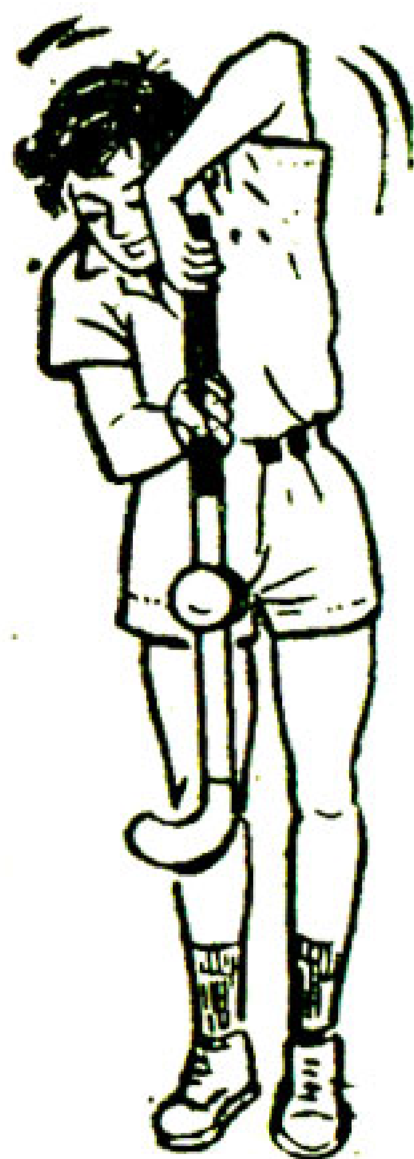


பந்தைத் தள்ளி ஆடும் திறமையையே 'வழங்குதல்' என்கிறோம். பந்தை வழங்கி ஆடும் முறையில்தான், வெற்றி தேங்கிக் கிடக்கிறதே தவிர, 'தான் மட்டும் ஆடவேண்டும், புகழ் பெற வேண்டும்' என்ற தணியாத ஆசை கொண்ட தனியனை ஒருவனல் அல்ல.

'தனியனாய்' (Self) ஆட முயல்வோரைக் கொண்டிருக்கும் குழுவுக்கு என்றுமே வெற்றி கிடைப்பது கடினம். ஏனெனில், எதிர்க்குழுவினர் எல்லோரையும் ஒருவரே ஏமாற்றிப் பந்தை எடுத்துக் கொண்டு சென்று, இலக்கினுள் அடித்து விட்டுத் திரும்புதல் என்பதும், ஆட்ட முதலில் ஆரம்பித்த வேகத்திலேயே ஆட்ட நேரம் முழுவதும் ஆட முடியும் என்பதும் எவருக்குமே இயலாத காரியம்.

இன்னும், இடமும் காலநேரமும், ஆட்டத்தில் பதினொரு பேரும் இருப்பதைக் கண்டால், எல்லோரும் ஒத்துழைத்து ஆட வேண்டும் என்று காட்டுவதையே குறிப் பாகக் கொண்டிருக்கிறது. இதற்குப் பெயரே 'குழு விளையாட்டு' (Team game) என்பதுதான். எனவேதான், பாங்கருக்கு வழங்கி ஆடும் முறையானது பொதுவாக எல்லோராலும் வேண்டப்படுகிறது. விரும்பிப் பின்பற்றப் படுகிறது.

தான் நினைத்த இடத்திற்குப் பந்தை வழங்கும் நிலைக்கு வர, முதலில் 'பந்தைக் கட்டுப்படுத்தும் திறனைப் (Ball



control) பெற வேண்டும். பந்தைக்கட்டுப் படுத்தும் பழக்கம், ஆடிப் பழகுவதால் மட்டுமே கைவரக் கூடியது ஆகும். ஆகவே, வழங்கும் முறையில் வளமை பெற முயல வேண்டும்.

பந்தைத் தடுமாற்றமில்லாது தடுத்து நிறுத்தும் தன்மை (Point); பிறகு பந்தைத் தன்னுடைய சொந்த நிலைக்குக் கட்டுப்படுத்தி வைத்துக் கொள்ளுதல் (Place); பின்னர் எந்தப் பக்கம் யாருக்குக் கொடுத்தால் பயன்தரும் என்று எண்ணி, பந்தைத் தள்ளி வழங்குதல் (Pass)

என வழங்கும் முறையில் பின்பற்றப்படும் முறைகள் மூன்று இவைகள் தான்.

இவ்வாறு வழங்கும் நிலையை இரண்டாகப் பிரிக்கலாம். தன்னுடைய குழுவினர் ஒருவருக்கு, பந்தை அவருக்கு நேராகவே கிடைக்கும்படிச் செய்து, தள்ளி, வழங்கி ஆடச் செய்வது ஒரு முறை.

பந்தை அவரின் முன்பாக சிறிது தூரம் தள்ளிக் கொடுத்து அவரை ஓடி எடுக்கச் செய்து ஆட வைத்தல். இந்த இரண்டு முறைகளிலும். பந்தைத் திறம் படவழங் கிஞல்தான் ஆடுவதற்கு எளிது ஆகவும், இதமாகவும் இருக்கும்.

சமாளித்தல் (Tackling)

எதிர்க்குழுவினர் வசமுள்ள பந்தை எப்படியாவது தன்னுடைய வசமாக்க, முழு முயற்சியோடு போராடி, ஏமாற்றிப் பந்தைத் தனதாக்கிக் கொள்ளும் முறை,



அல்லது பந்தை அவ்வாறு போராடிப் பெற முடியாத நோக்கில், அவர்கள் விரும்பிய இடத்திற்குப் பந்தை அவர் களால் அனுப்ப முடியாதவாறு தடை செய்வது. இந்த முறையைத்தான் 'சமாளித்தல்' என்கிறேம், இதனல், எதிர்க்குழுவினர் பந்தை எளிதாக எடுத்துக் கொண்டு

போய் இலக்கினுள் அடிக்க முயல்வதைத் தடுக்க முடிகிறது. அதுவுமின்றி, தங்கள் குழு வெற்றி பெற வேண்டிய முறைக்கு ஆடும் வாய்ப்பை அளிக்கவும் இடமளிக்கிறது.

'நேர்வழிச் சமாளித்தல்' (Right Side Tackling); (Wrong side Tackling) தவறுகச் சமாளித்தல் என தடுத்தாடும் முறை இரண்டு வகைப்படும்.

நேர்வழிச் சமாளித்தலில், எதிர்க் குழுவினரின் வலது கைப்புறமாகச் சென்று பந்தை எடுக்க முயல்வதும், ஆட விடாது தடுக்க முயல்வதுமாகும். இதனுல் பந்தை எடுத்துச் செல்ல முடியாமல் தடுப்பதும், எளிதாகவும், அபாயமின்றியும் ஆடுதற்கு வழி கோலுகின்றது.

தவறுகச் சமாளித்தல் என்பது எதிர்க்குழுவினரின் இடதுகைப்புறமாகச் சென்று பந்தை எடுக்க முயல்வதாகும்.



இவ்வாறு ஆடுவது மிகவும் கடினமாக இருக்கும், சில சமயங்களில் ஆட்ட விதிகளை மீறவும் ஏற்படும். அடிக்கடி அபாயம் ஏற்படுத்துகிற நிலையை உண்டாக்கும். இன்னும், இது போன்ற ஆட்டத்தைப் பார்ப்பவருக்கும் அருவருப்பைத் தருகின்ற சூழ்நிலையும் அமைந்துவிடும். ஆகவே, தவறிய

வழி சமாளித்தல் என்றுமே விரும்பத் தகுந்த ஆட்டமல்ல. நல்ல ஆட்டக்காரர்கள் இந்த முறையைப் பின் பற்றவே மாட்டார்கள். இதைத் தவிர்ப்பதே நல்லவர்க்கு அழகாகும்.

இன்னும், திறமையாக ஆட்டத்தில் 'சமாளிப்பதற்கு, எதிர்க்குழுவினரின் பந்தாட்டத்தைப் பற்றி முன் கூட்டியே அறிந்திருந்தால், நன்மையாக இருக்கும். அல்லது ஆட்ட நேரத்திலேயும்கூட கண்காணித்து ஆடவும், முயற்சித்தால் வெற்றி பெறுவதற்கும் வாய்ப்பு இருக்கிறது.

குறியோடு அடித்தல் (Shooting)

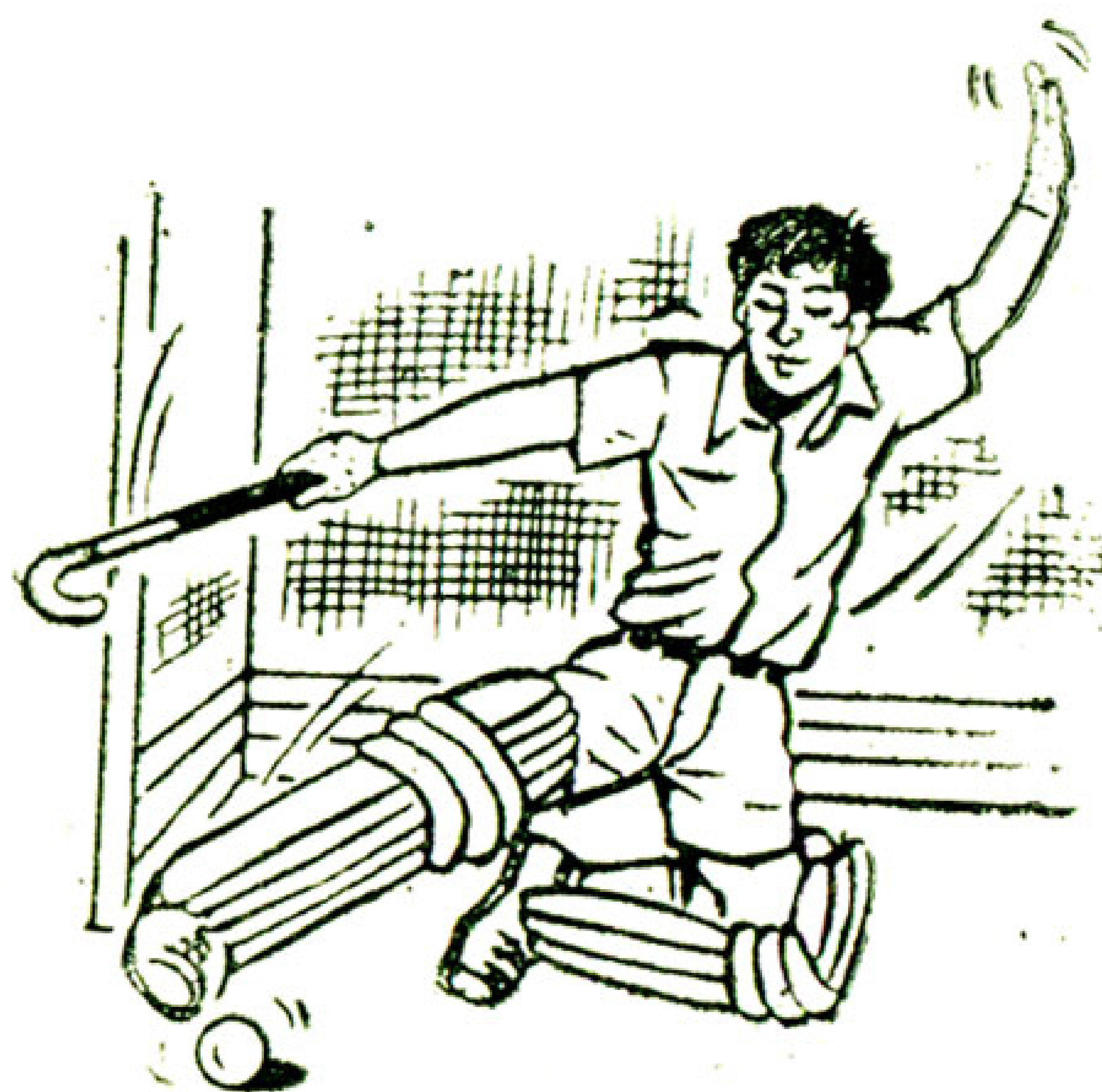
பந்தைத் தடுத்து, நிறுத்தி, தள்ளி, வழங்கி ஓடி ஆடி சமாளித்து, இறுதியில் அடிக்கும் எல்லைக்குள் பந்தைக் கொண்டு சென்று, இலக்கிற்குள் பந்தைச் செலுத்தி, அதில் வெற்றி பெற முடியா விட்டால், மேற் சொன்ன திறமைகளில் எல்லாம் மேம்பட்டு இருந்தும் மதிப்பில்லையல்லவா!

இவ்வளவு திறமைகளுக்கும் முத்தாய்ப்பாக, மகுடம் சூட்டுவதாக அமைவது இலக்கினுள் பந்தைக் குறியோடு அடிப்பதுதான், ஆகவேதான், குறியில் தெளிவும், செயலில் மதிநுட்பமும், விரைவாக முடிவு எடுக்கக் கூடிய மனமும், விரைந்து செயலாற்றக்கூடிய உடலும் தேவைப்படுகிறது.

இக்கட்டான சூழ்நிலைகள் ஏற்படும் பொழுது, இத்திறன்கள் துணையிருந்து உதவுகின்றன, எதிர்க் குழுவினரை சமாளித்து, இலக்குக் காவலனின் கால்களில் உள்ள 'மெத்தை உறைக்கும்' கோலுக்கும் இடையில் சிக்காமல், இலக்குக்குள் செலுத்த நுண்ணறிவும், குறியோடு அடிப்பதில் தெளிவும். வலிமையும் மிக அதிகமாக வேண்டும்.

ஒரு நொடி நின்றாலும், யோசனை செய்ய முனைந்தாலும், பந்தை எதிர்க் குழுவினர் எடுத்துக் கொள்ள முயல்வர். அப்பொழுது இலக்கினுள் பந்தை அடிக்க முடியாமல் போய் விடும். ஆகவே, விரைந்து செயல்படுபவரால் தான், பந்தை அடித்து வெற்றி எண்ணைப் பெற முடியும். குறியோடு அடிப்பதற்கு, ஒருவரின் 'முனைப்பும் உழைப்பும்' தான் உதவி செய்கின்றன.

மேலே கூறப்பட்ட திறன் நுணுக்கங்களில் செழுமை பெற்றுத் திகழ, குறையாத பயிற்சியும், குன்றாத முயற்சியும் தேவை. பழக்கத்தால் ஏற்படும் பயிற்சியே சிறந்தது. திறன்களைப் பற்றி படிப்பதால் மட்டும் திறன்கள் வந்து விடாது. படித்தும் புரிந்து கொள்ள முடியாத திறன்கள் பழக்கத்தினால் தேர்ச்சி பெற்று விடுவதும் :உண்டு.



வளமான உடலையும், நலமான மனதையும் கொண்டு, ஆட்ட விதிகளை நன்கு உணர்ந்து அதன்படி முயன்றால், ஆட்டம் நமக்காகி விடும். பிறப்பிலே எல்லோரும் சிறந்த ஆட்டக்காரர்களாகத் தோன்றவில்லை. அவர்கள் எடுத்துக் கொண்ட உழைப்பால். உற்சாகத்தால், உண்மைப் பண்புகளால் தான் சிறந்தவர்களாக மாறினார்களே தவிர, சோர்ந்து மூலையிலே முடங்கிக் கிடந்ததால் அல்ல! பந்தும் வளைகோலும் நம் எண்ணப்படியே சுழலும் வழியை நாமே அமைக்கலாம்.



இந்தியாவிலே பிறந்து, இந்தியாவிலே வளர்ந்து, இந்தியர்களால் பெரிதும் விரும்பி ஆடப்படும் ஆட்டமாக சடுகுடு இருந்து வருகிறது. தனிப்பட்டவர்களின் உடல் வலிமைக்கும், மன வண்மைக்கும் நல்லதொரு வாய்ப்பினை நல்குவதற்கு 'இந்திய விளையாட்டுத் துறை; (Indian sports field) மிகவும் பாடுபட்டு வந்திருக்கிறது.

மல்யுத்தம் (Wrestling). சிருடற் பயிற்சி முறைகள் (Gymnastics); உடற் கட்டமைப்புத் தரும் 'கட்டுடல் பயிற்சிகள்' (Body building exercises) எல்லாம் பெருவாரியான அளவிலே பண்டைய பாரத மக்களால் கையாளப்பட்டு வந்திருக்கின்றன.

இவ்வாறான பயிற்சிகள் எல்லால், தனிமனிதனின் உடல் வளப்பிற்கும், உடல் வலிமைக்காகவும், உள்ளத்தின் கட்டுப்பாட்டுக்காகவும் தான் இயங்கி ஒத்துழைத்தன.

இவ்வாறு இருந்தும், மக்கள் ஒன்றாகக் குழு போல இணைந்து, ஒற்றுமையோடு கூடி ஆடுவதற்குரிய விளையாட்டுக்கள் ஒரு சிலவே தான் இருந்திருக்கின்றன என்றால். அந்த

ஆட்டங்களை எல்லாம் தனி மனிதனுடைய திறனாலேயே வென்று விடலாம் என்ற நிலைமையில்தான் அமைந்திருந்தன. இன்னும் அமைந்திருக்கின்றன.

நம் நாட்டின் 'குழு ஆட்டங்களிலே' (Team Games) சடுகுடுவும் 'விரட்டித் தொடும் ஆட்டமான' (Kho-Kho) கோகோவும் தான் முக்கியமான ஆட்டங்களாகும்.

இந்த விளையாட்டுக்களில் கூட எவ்விதப் பொருள்களின் (பந்து, மட்டை, வலை போன்றவைகளின்) தேவையும் உதவியுமின்றி, எளிய முறையிலேயே எந்தவிதமான பொருட் செலவுமின்றி, இன்பமாக மக்கள் ஆடுவதை நம்மால் இன்றும் காண முடிகிறது.

ஒன்று சேர்ந்து ஆடுகின்ற ஆட்டங்களிலும் கூட தனி மனிதனுடைய திறமைக்கும், 'இரவு பகலொன்று பாராமல் எந்த நேரத்திலும், எந்த இடம் என்று பாராமலும், கொஞ்சம் பரந்த வெளி இருந்தால் போதும்' என்று இடத்தைப் பற்றிய கவலையில்லாது ஆடுகின்ற அளவுக்கு ஆட்டம் மிக எளிமையானது. ஊரினர் கூடி மகிழ்வதற்காகவும், பொழுது போக்கிக் களிப்பதற்காகவும் இந்த ஆட்டம் அமைந்திருக்கிறது என்றால் மிகையாகாது.

பெரும்பாலும் சடுகுடு ஆட்டம் கிராமத்தில் வாழ்கின்ற மக்களாலேயே ஆடப்படுகின்றது. முழு நிலாக் காலங்களிலும், மற்றும் நிறுத்திவைக்கப்பட்டிருக்கும் கம்பங்களில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் விளக்கடியிலும் சடுகுடுவை ஆடுகின்றனர் மக்கள். தற்போது பள்ளிகளில் இளஞ்சிறார்களும் இந்த ஆட்டத்தை விரும்பி ஏற்றுக்கொண்டு. மன ஊக்கத்துடனும் உற்சாகத்துடனும் ஆடிவருகின்றனர்.

சடுகுடு என்றும், 'குடுகுடு (Kutu-Kutu) என்றும். டூ-டூ-டூ (Do-Do-Do) என்றும், 'கபடி (Kabaadi) என்றும் பல

பெயர்களால் இந்த ஆட்டம் அழைக்கப்படுகிறது. விதிகளுக்குட்பட்டு ஆடுகின்ற ஆட்டங்களிலும் தொடர் போட்டி ஆட்டங்களிலும், 'கபடி, கபடி' என்று உச்சரித்துத் தான் 'பாடுவோர்கள்' பாட வேண்டும்.

ஆனால், கிராமப்புறங்களில் ஆடுகின்ற மக்களிடையே இம்முறை இல்லை. கட்டுப்படுத்தக்கூடிய விதிகளும் சட்டங்களும் இல்லை. வழிவழி வந்து ஊறிப்போன பழக்கவழக்கங்களே ஆட்டத்தின் ஒழுங்கைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன. பழங்கால வழக்கப்படி வந்துள்ள கிராமப் பாடல்களையும், வேடிக்கை நிறைந்த சொற்களையும் கொண்டே பாடிச் சென்று ஆடுகின்றனர் மக்கள்.

சடுகுடு ஆட்டம் எப்பொழுது எப்படி உருவானது என்பதை அறிய முடியவில்லை. தகுந்த வரலாறு கொண்டு குறிக்கப்படாததால் இது பழமை மிகுந்த ஆட்டமென்றே கருத இடமுண்டு. இந்த ஆட்டம் கிராமப்புறங்களில் தான் தோன்றியிருக்க வேண்டும் என்பது வரலாற்றாசிரியர்களின் கருத்தாகும்.

> பழங்காலத்தில் கிராமச் சிறுவர்கள் ஆடுமாடுகளை ஓட்டிக்கொண்டு வயற்வெளிப் பக்கம் சென்றிருக்கும் போது இந்த நிகழ்ச்சி நடந்திருக்க வாய்ப்புண்டு. மாடு மேய்க்கும் சிறுவர்களில் ஒருவன், ஏதாவது தின்பண்டம் வைத்திருக்கலாம். அதை ஒருவன் கேட்க. அவன் தர மறுக்க, இவன் பிடிவாதமாக வேண்டுமென்று கேட்டு அவன் கையிலுள்ளதைப் பறிக்க முயல, அவன் திமிறிக் கொண்டு ஓட, இவன் 'சூநிடா சூநிடா' என்று கேட்டுக் கொண்டே ஓடியிருக்கலாம்.
>
> பண்டம் கேட்டவனும். விடாப்பிடியாகக் கத்திக் கொண்டே ஓடியது மற்றவர்களுக்கு வேடிக்

கையாகவும் இருந்திருக்கலாம். இவ்வாறு கத்திக் கொண்டே விரட்டியவன். நெடுந்தூரம் ஓடாமல் ஒரு குறுகிய எல்லைக்குள்ளே அவனைத் தொட்டு விடுவதாகச் சொல்லியிருக்கலாம். அதே போல குறுகிய எல்லைக்குள்ளே அவன் ஓடவும், இவன் கத்திக் கொண்டே விரட்டுவதாகவும் அமைந்து இருக்கலாம்.

குறிப்பிட்ட எல்லை அமைந்த பிறகு,அவர்களின் கற்பனையும் வளர்ந்திருக்கலர்ம். இவ்வாறு வயல் வெளிகளிலும், காட்டு வெளிகளிலும், ஆடிய வேடிக்கை விளையாட்டானது. இரவு நேரங்களில் பலராகச் சேர்ந்து பாரி ஆட்டம் போல ஆட முயற்சித்திருக்கலாம். இப்படியாக பலப்பல விதங் களில் உருவெடுத்து இறுதியில் சடுகுடுவாக ஆட்டம் மாறியிருக்கலாம் என்பது ஆசிரியரின் கருத்து.

ஆட்டம் உருவான முறையைப் பற்றியும் நமக்குசரியான வரலாறும் கிடையாது. ஆனால், 'சடுகுடு' என்ற (Kutu-Kutu) மராத்தியச் சொல்லுக்கு, 'ஒழுங்கற்ற கூட்டம்'(Dis organi-sed gathering) என்று பொருள் சொல்லப்படுகிறது.

ஆகவே,சடுகுடு ஆட்டத்தை ஒழுங்கு இல்லாத முறையில் எண்ணத்திற்கேற்ப, மனம் போன போக்காகவே மக்கள் விளையாடிக் கொண்டு அக்காலத்தில் இருந்து வந்தனர் என்பதுதான் அந்தச் சொல்லிலிருந்து நமக்கு புலனாகின்றது. சூழ்நிலைக்கேற்ப, தங்களின் மனோநிலைக்கேற்ப, மனநிம்மதி பெறும் பொருட்டு, கிராம மக்கள் விதிகளை அமைத்துக் கொண்டு விளையாடி வந்தனர் என்பதை அவர்கள் ஒவ்வொரு இடத்திலும் விதிகள் அமைத்துக் கொண்டிருந் ததிலிருந்தே நமக்கு நன்கு விளக்கிக் காட்டுவதாக அமைந் திருக்கிறது.

குறிப்பிட்ட எல்லைக்குள்ளே நின்று ஆடவிருக்கும் இரு குழுவினரும் ஒருவர் மூச்செடுத்துப் பாடி, அடுத்தக் குழுவின் பகுதிக்குள் சென்று மற்றவரைத் தொட முயற்சிப்பதும். மற்றவர்கள் பாடி வருபவரைப் பிடிக்க முயற்சிப்பதும் தான் ஆட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம்.

தொடப்பட்டவர் அல்லது பிடிபட்டவர் ஆடுகளப் பகுதியை விட்டு வெளியேற்றப்பட்ட ஒவ்வொரு ஆட்டக் காரரின் குழுவுக்கு எதிராக, அடுத்த குழுவினருக்கு ஒவ்வொரு 'வெற்றி எண்ணும்' கிடைக்கிறது. (வெற்றி எண்ணை 'உப்பு' என்றும் (Point) இன்று சொல்கிறார்கள்). ஆட்ட இறுதியில் அதிகம் வெற்றி எண் எடுத்தவர்களே வெற்றி பெற்றவர்களாவார்கள்.

சடுகுடு ஆட்டம் பண்டைய நாட்களில் மூன்று விதமாக ஆடப்பட்டு வந்தது. அந்த மூன்று முறைகளையும் இங்கு காண்போம்.

மீண்டும் ஆடுதல் (Sanjeevani on Revival games)

ஆட்ட நேரத்தில் தொடப்பட்டோ அல்லது பிடிபட்டோ ஆடுவதிலிருந்து வெளியேற்றப்பட்ட (Out) ஒரு ஆட்டக்காரர், எதிர்க் குழுவிலிருந்து ஒருவர் மேற் சொன்ன முறைப்படி வெளியேற்றப்பட்டதும், தங்களுடைய குழுவில் மீண்டும் சேர்ந்து ஆடுவதற்குரிய வாய்ப்பை அளித்து விளையாட வைக்கின்ற முறை, 'சஞ்சீவனி ஆட்டம்' என்று சொல்லப்படும்.

சஞ்சீவனி என்றால் உயிர் தரும் மருந்து அல்லது மூலிகை என்று பொருள்படும். ஆட்டத்தில் ஆடுகிற வாய்ப்பைவிட்டு வெளியேற்றப்பட்ட ஒருவர், மீண்டும் தொடர்ந்து ஆடுதற்கு உள்ளே வரக்கூடிய நிலை 'இறந்தவர் மீண்டும் உயிர்பெற்று

எழுவது போன்ற கருத்திலே ஆட்டத்திற்கு இந்த பெயர் வந்தது.

வெளியேற்றப்பட்டவர்கள் ஆடுகளத்திற்கு வெளியே ஒரே வரிசையாக, வெளியேற்றப்பட்ட முறைப்படி உட்கார்ந்திருந்து, அதன் பிறகு வாய்ப்பு ஏற்பட்டவுடன், தொடர்பாக ஆட்டத்தில் கலந்து கொள்ள வேண்டும். இந்த முறை மாறி ஆடுகளத்தில் நுழைவது தவறு (Foul) என்று விதியமைக்கப்பட்டிருந்தது.

ஆடாது ஒழிதல் (Gamini or non Revival game)

ஆட்டக் காலத்தில் ஆட்டத்திலிருந்து வெளியேற்றப் பட்டஒருவர், அந்த ஆட்டம் முடியும் வரை ஆடாது வெளியேநின்று கொண்டிருக்க வேண்டும். மீண்டும் அவருக்கு ஆடும் வாய்ப்பு, எல்லோரும் மீண்டும் ஆடப்புகும் பொழுதுதான் வரும்.

இப்படி ஆடும் ஆட்டத்தில், நல்ல ஆட்டக்காரர் ஒருவர் வெளியேற்றப்பட்டால், அவரால் மீண்டும் உள்ளே வந்து ஆடி, தன் குழுவுக்கு வெற்றியைத் தேடித் தர முடியாது. இப்படி ஆடுகிற ஆட்டத்தில் ஆட்டம் சீக்கிரம் முடிந்து விடுகின்ற நிலைமையும் உண்டாகலாம். ஆட்ட நேரமானது அவர்கள் ஆடுவதற்கு முன்னே வரையறுத்துக் கொண்டதேயாகும்.

தொடர்ந்து ஆடுதல் (Amar game or All-in-game)

சாகா வரம் பெற்றவருக்கு அமரர் என்று பெயர். அது போல், ஒரு ஆட்டக்காரர் ஆட்ட நேரத்தில் தொடப் பட்டோ அல்லது பிடிபட்டோ வெளியேற்றப்பட்டாலும் (out), அவர் தொடர்ந்து ஆடிக்கொண்டுதான் இருப்பார். ஆனல், அவர் ஒருமுறை வெளியேற்றப்பட்டதற்காக எதிர்க் குழு ஒரு 'வெற்றி எண்' பெறும். இதில் உள்ள ஆட்டக்

காரர் எப்பொழுதும் வெளியே நிற்கின்ற வாய்ப்பில்லை. ஆட்டத்திலே ஆடும் 'அமரர்' ஆகிவிட்டதால்தான், இந்த ஆட்டத்தை 'எல்லோரும் ஆட்டத்தில்' அல்லது 'அமரர் விளையாட்டு' என்று கூறி வந்தனர்.

ஆட்ட நேரத்தை அவர்கள் முன்பே, முடிவு செய்து வைத்திருப்பார்கள். இறுதியில் எந்தக் குழு அதிகமான வெற்றி எண்களை எடுத்திருக்கின்றதோ, அந்தக் குழுவே வெற்றி பெற்றதாகும்.

இவ்வாறு மூன்று ஆட்ட முறைகளிலும் உள்ள ஆட்டத்தின் இணைப்பே இன்றைய ஆட்டம். வெளியேற்றப் பட்டவர் மீண்டும் ஆட்டத்தில் சேர்ந்து கொள்வதும், குறிப் பிட்ட கால அளவுக்குள் வெளியேற்றப்பட்டவர்களின் கணக்குப்படி வெற்றி எண்கள் பெறுவதும், ஆட்ட இறுதி நேரத்தில் மொத்தத்தில் அதிக வெற்றி எண்கள் பெற்ற வரே வென்றவர் என்பதும் நாம் அறிந்த விதிகளே.

ஆக, இன்றைய சடுகுடு ஆட்டம் பழைய முறைகளில் அல்லனவற்றைத் தள்ளி, நல்லனவற்றை ஏந்திக்கொண்டு செம்மையாக்கப்பட்ட ஒன்றாகும். வலிமையினால் மற்றவர் களுக்குத் துன்பமும், ஊறும் நிகழாதவண்ணம் காக்கின்ற தன்மையிலே, செப்பனிடப்பட்டதாக விளங்குவது இன்று நாம் ஆடும் சடுகுடு ஆட்டம்.

முன்பு கையாளப்பட்டு வந்த முரட்டுத் தனமும், பழி வாங்கும் செயலும் விதிகளால் கட்டுப்படுத்தப்பட்டு, இன்று பல திறன் நுணுக்கங்கள் கொண்டதொரு சிறந்த விளையாட் டாக மாறி விட்டது. இன்று அகில இந்திய அளவிலே, போட்டிகள் நடத்தும் அளவுக்கு வளர்ந்து செழித்திருக் கிறது. இவ்வளவு சிறப்பாக சடுகுடுவின் வளர்ச்சி அமைந்த தற்கு ஆட்டத்தின் ஆதரவாளர்களின் இடைவிடா முயற்சியே காரணமாகும்.

கரை அழித்து ஓடுகின்ற காட்டாறைப் போல, விதி கடந்து, நிலை கடந்து, காலங் காலமாக விரிந்து சிதறுண்டு கிடந்த ஆட்டத்திற்குக் கரையும் நிரையும் வழங்கிப் பெருமை செய்வது போல, 'சடாரா' ஆட்டக்காரர்கள் 1918ஆம் ஆண்டிலும், அரிதில் முயன்று ஒழுங்கான விதிகளை உருவாக்கினர்.

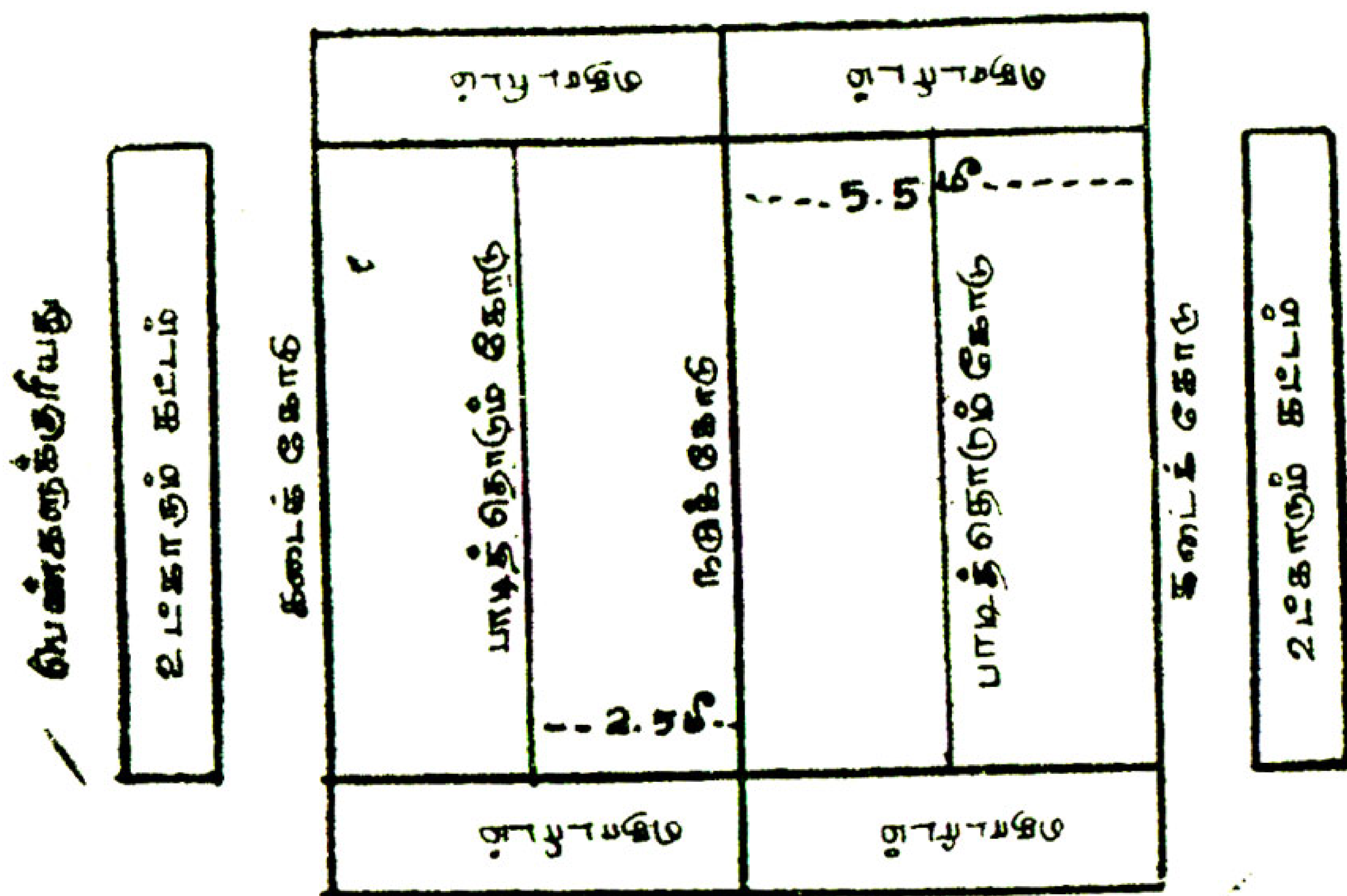
1923ஆம் ஆண்டு 'எச். வி. ஜிம்கானா, பரோடாவிலிருந்து (H. V. Gymkana Baroda) புதிய விதிகளடங்கியக் குறிப்பு ஏடு வெளி வந்தது. இந்த வெளியீட்டிற்குப் பிறகே,ஆட்டத்திற்கு மறுமலர்ச்சியும் நல்ல வளர்ச்சியும் கிடைத்தது.

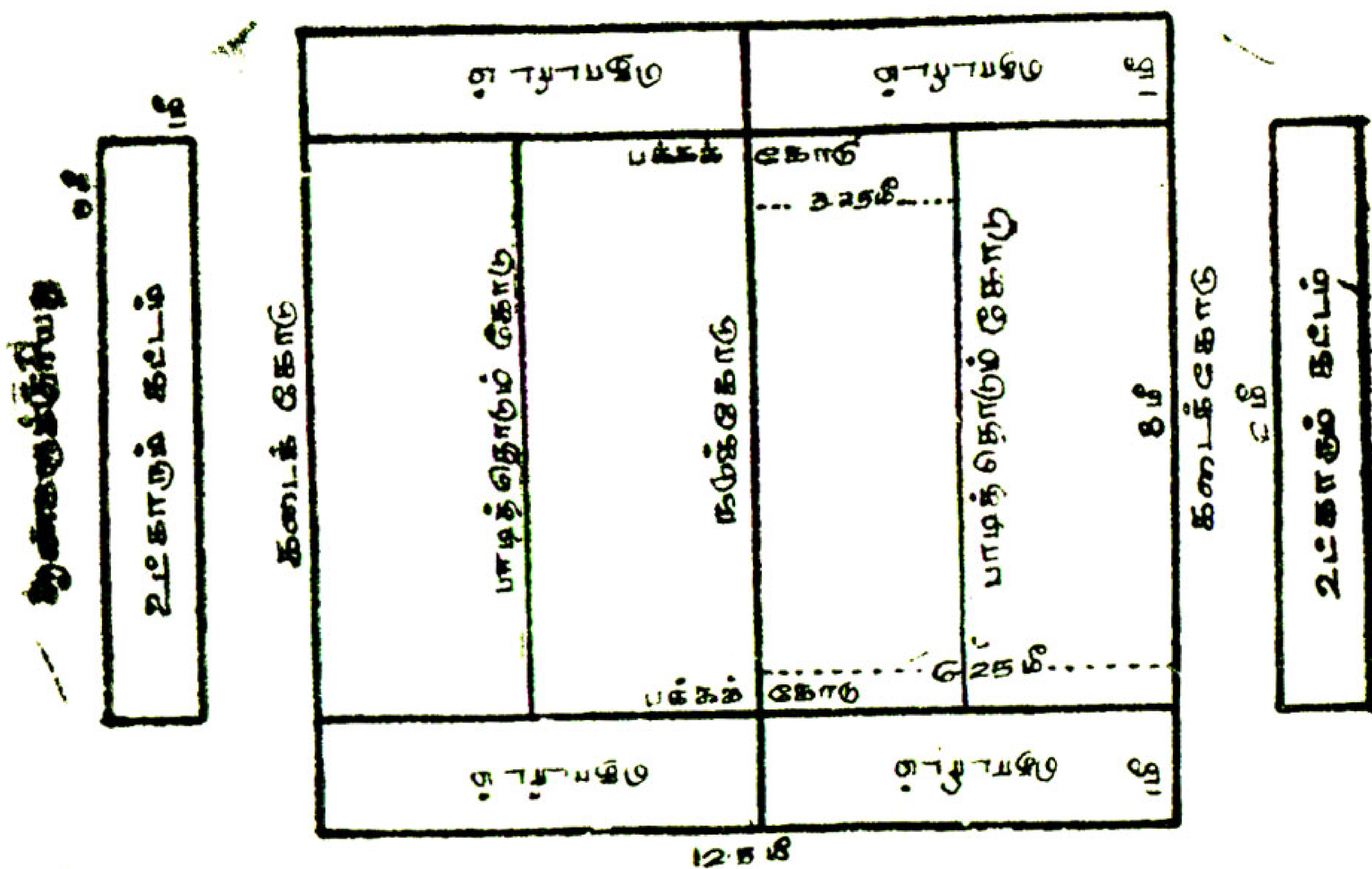
பின்னும் மகாராஷ்டிரத்தில் உடற்கலை வல்லுநர்கள் ஒன்றுகூடி, இன்னும் விதிகளைத் தெளிவாக ஆக்கித்தந்தனர். இதற்குப் பிறகு குஜராத்தில் 'அகில இந்தியக் கபாடி போட்டி' (All India Kabaadi Competition) ஒன்று நடத்தப் பெற்றது. இதில் 50 குழுக்கள் பங்குகொண்டு போட்டியிட்டு தங்கள் உற்சாகத்தைக் காட்டிகொண்டதோடல்லாமல், மக்கள் திரளாக வந்திருந்து கண்டு களித்திட வழிவகை செய்தனர். தற்பொழுது சடுகுடு ஆட்டம் இந்தியக் கபாடிக் கழகத்தினராலே (Kabaadi Federaticn of Indla) தான் கட்டுப்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

விளையாடும் முறை

ஆடுகளத்திற்குள் இறங்கி விளையாடுவதற்கு 7 ஆட்டக்காரர்கள் (Regular Players); அவர்களுக்கு மாற்றுட்டக்காரர்களாக (Substitues) 5 பேரும் சேர்ந்தததுதான் ஒரு குழு ஆகும். 20 நிமிடங்கள் ஒரு பகுதிக்கு உண்டு. இரண்டு பகுதிகளுக்கு இடைவேளையாக 5 நிமிடங்கள் உண்டு. இடைவேளைக்குப் பிறகு, குழுக்கள் தங்களுடைய ஆடும் பகுதிகளை மாற்றிக் கொள்ளுதல் அவசியம்.

எதிர்க் குழுவில் உள்ள ஒருவரைப் பாடிச் சென்று. தொட்டுவிட்டு வந்தோ, அல்லது தன் பகுதிக்குப் பாடி





வந்தவரைப் பிடித்தோ வெளியேற்றினல் (out) அக் குழுவுக்கு ஒரு வெற்றி எண் கிடைக்கும். ஏழு பேரையும்

வெளியேற்றினால் வெளியேற்றிய அக்குழுவுக்கு அத்தனை வெற்றி எண்களும் கிடைத்துப் பின்னும் 2 வெற்றி எண்கள் 'லோனா' (Lona) என்ற பெயரில் கிடைக்கும்.

எந்தக் குழு ஆட்ட இறுதியில் அதிகமான வெற்றி எண்கள் அடைந்திருக்கிறதோ, அக்குழுவே வெற்றி பெற்றதாகக் கொள்ளப்படும்.

ஆட்ட முடிவில், இரண்டு குழுக்களும் சமமான எண்ணிக்கைப் பெற்றிருந்தால், 5 நிமிடங் கொண்ட இரு 'மிகை நேரம்' (Extra Time) கொண்டு ஆடவேண்டும். அப்படி ஆடும் மிகை நேரப் பகுதியில் இரண்டாவது பகுதியின் (Half) இறுதியில் ஆடிக்கொண்டிருந்த ஆட்டக்காரர்கள் தான் கலந்து கொள்ள முடியும்.

இவ்வாறு மொத்தமாக 50 நிமிடங்கள் ஆடியும் வெற்றி தோல்வி அறியப்படவில்லையென்றால், முதன் முதல் வெற்றி எண் எந்தக் குழு எடுத்திருக்கின்றதோ, அக்குழுவே வெற்றி பெற்றதென்று அறிவிக்கப்படும். சூழ்நிலை மற்றும் இயற்கையால் ஏற்படும் இடையூறுகளால் ஆட்டம் முடிவு பெறாது நின்று விடும் பொழுது, ஆட்டம் முதலிலிருந்தே தொடங்கப்பட வேண்டும்.

முதலில் ஆட்டம் தொடங்குகின்ற வேளையில், ஒரு குழுவில் ஏழு ஆட்டக்காரர்கள் இருந்தாலும் இல்லாவிட்டாலும், அப்பொழுது வந்திருக்கின்றவர்களை வைத்தே ஆட்டத்தை ஆரம்பிக்கலாம்.

அவ்வாறு குறைந்த எண்ணிக்கைக் கொண்ட ஆட்டக்காரர்கள் உள்ள குழுவில், அத்தனை பேரும் வெளியேற்றப்பட்டால், வராத ஆட்டக்காரர்களையும் ஆட்டத்திலே தொட்டு வெளியேற்றியதாகக் கருதப்பட்டு, வராத

ஒவ்வொருவருக்கும் சேர்த்து, எதிர்க் குழுவிற்கு வெற்றி எண்கள் போய்ச் சேரும். பின்னர், லோனாவும் எளிதில் கிடைக்கும்.

ஆட்டம் ஆரம்பிக்கும் நேரத்தில் வந்து சேராத ஆட்டக்காரர்கள், இடையில் வந்து சேர்ந்து ஆட விரும்பினால், நடுவருடைய இணக்கத்திற்குப் பிறகு ஆட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளப்படலாம். 'நிரந்தர ஆட்டக்காரர்கள்' (Regular Players) வராத நேரத்தில், மாற்றாட்டக்காரர்கள் உள்ளே இறங்கி ஆடும் பொழுது, நிரந்தர ஆட்டக்காரர்கள் வந்தாலும் இடையிலே ஆட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட மாட்டார்கள்.

ஆனால், ஆட்டம் முடிவுபெறாது நின்றுபோய், மறு நாளோ மறுமுறை ஆட்டம் தொடங்கும்பொழுது, பழைய ஆட்டக்காரர்களே இருந்து ஆடவேண்டும் என்பதில்லை. குழுத் தலைவரால் (Captain) ஓய்வுநேரம் (Time out) கேட்கப்படலாம். இதற்கு இரண்டு நிமிடங்கள் இடைவெளி யுண்டு. விளையாட முடியாத அளவுக்கு ஒரு ஆட்டக்காரர் காயம் அடைந்தால், நடுவரின் இணக்கத்திற்குப் பிறகு, மாற்றாட்டக்காரரை ஆட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

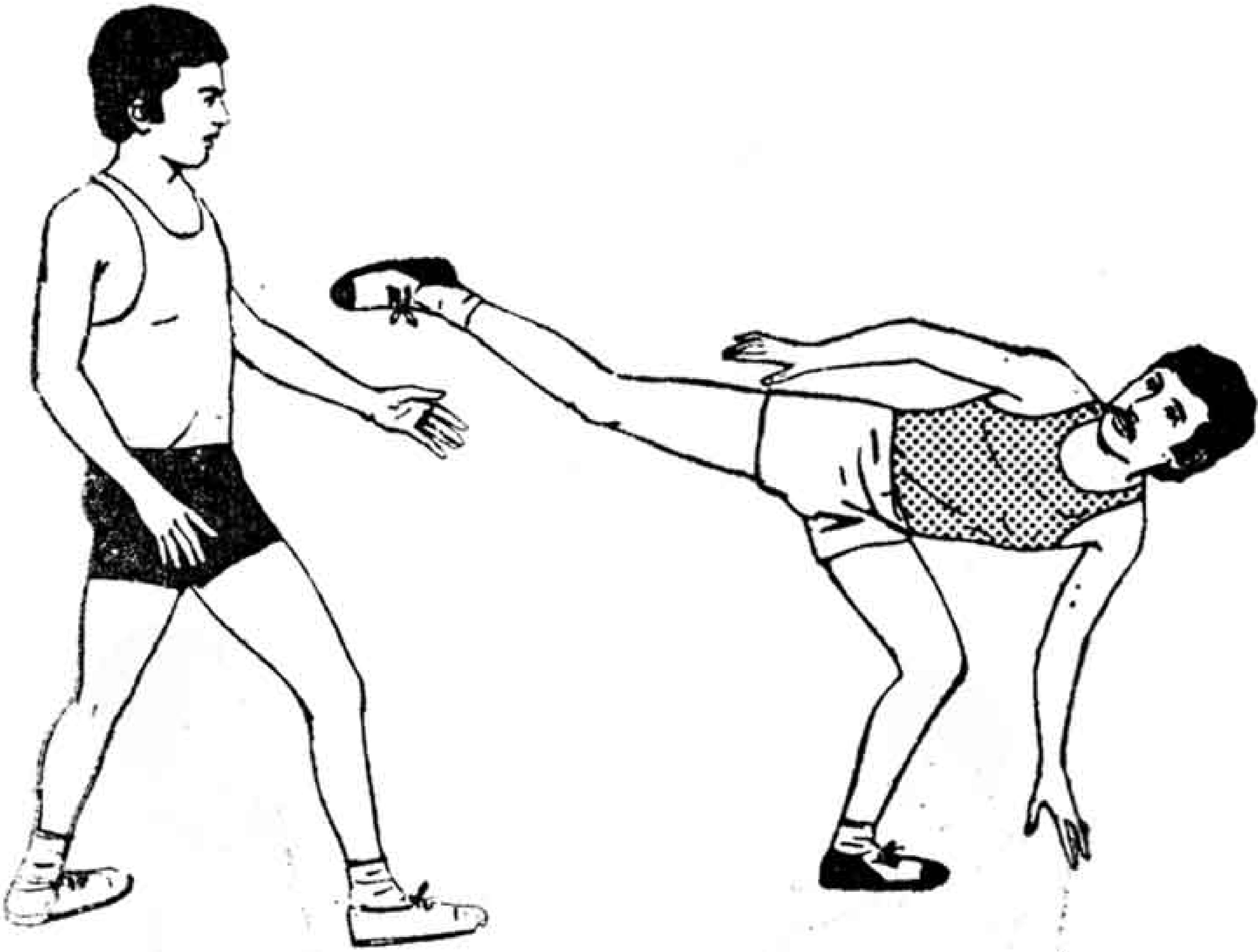
முக்கிய குறிப்புக்கள்

நாணயம் சுண்டியதில் வெற்றி அடைந்த குழுத்தலைவர் ஒருவர், ஆட்டம் தொடங்குவதற்கு முன்-ஆடுகளத்தின் ஒரு பகுதியா-அல்லது பாடிச் செல்வதா என்ற முடிவைச் சொல்வார். தங்களுடைய இடத்தை அடைந்த குழு, பாடுவதற்கும், பாடி வருபவரைப் பிடிப்பதற்கும் தயாராக இருக்கும். இந்த நிலைமை உண்டானதை அறிந்த நடுவர், வி((ஒலி மூலம் 'ஆரம்பிக்கலாம்' என்று ஒலி எழுப்புவார்.

பாடிச் செல்பவர் வேறு எந்தப் பாட்டுக்களேயோ, வேறு பல சொற்களேயோ பயன்படுத்தக்கூடாது. போட்டி ஆட்டம், விதிகளுக்குட்பட்டுத்தான் நடத்தப்படுகிறது. 'கபடி, கபடி' என்றுதான் பாடிச் செல்ல வேண்டும்.

1. பாடுவோர் கவனிக்க (Raider)

எதிர்க் குழுவை நோக்கிப் பாடிச் செல்வோர் நடுக் கோட்டைத் தாண்டிய உடனேயே 'கபடி கபடி' என்ற

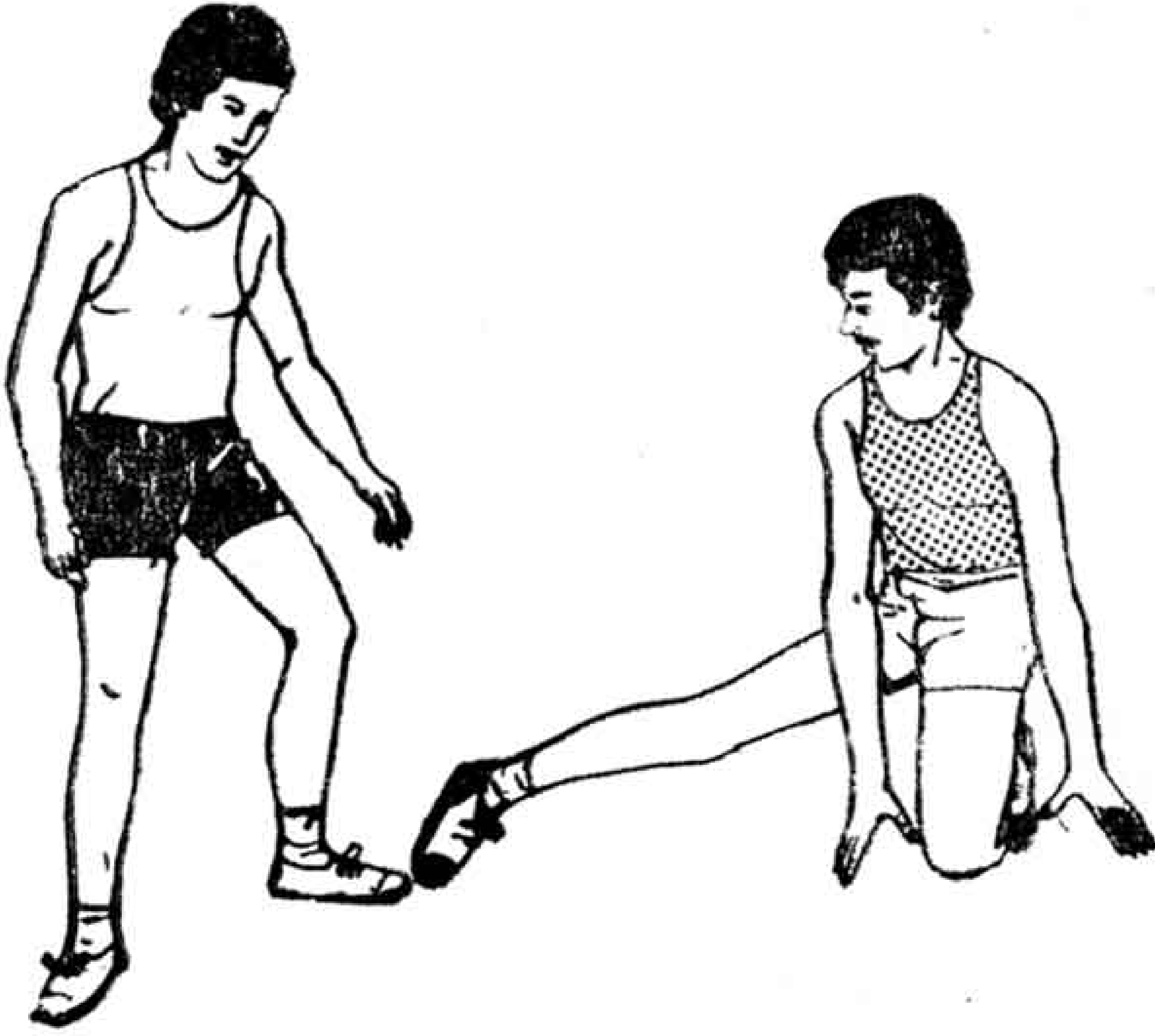


பாடிச் செல்பவர் பாடிக் கொண்டே தனது வலது காலே உயர்த்தித் தொடுதல்.

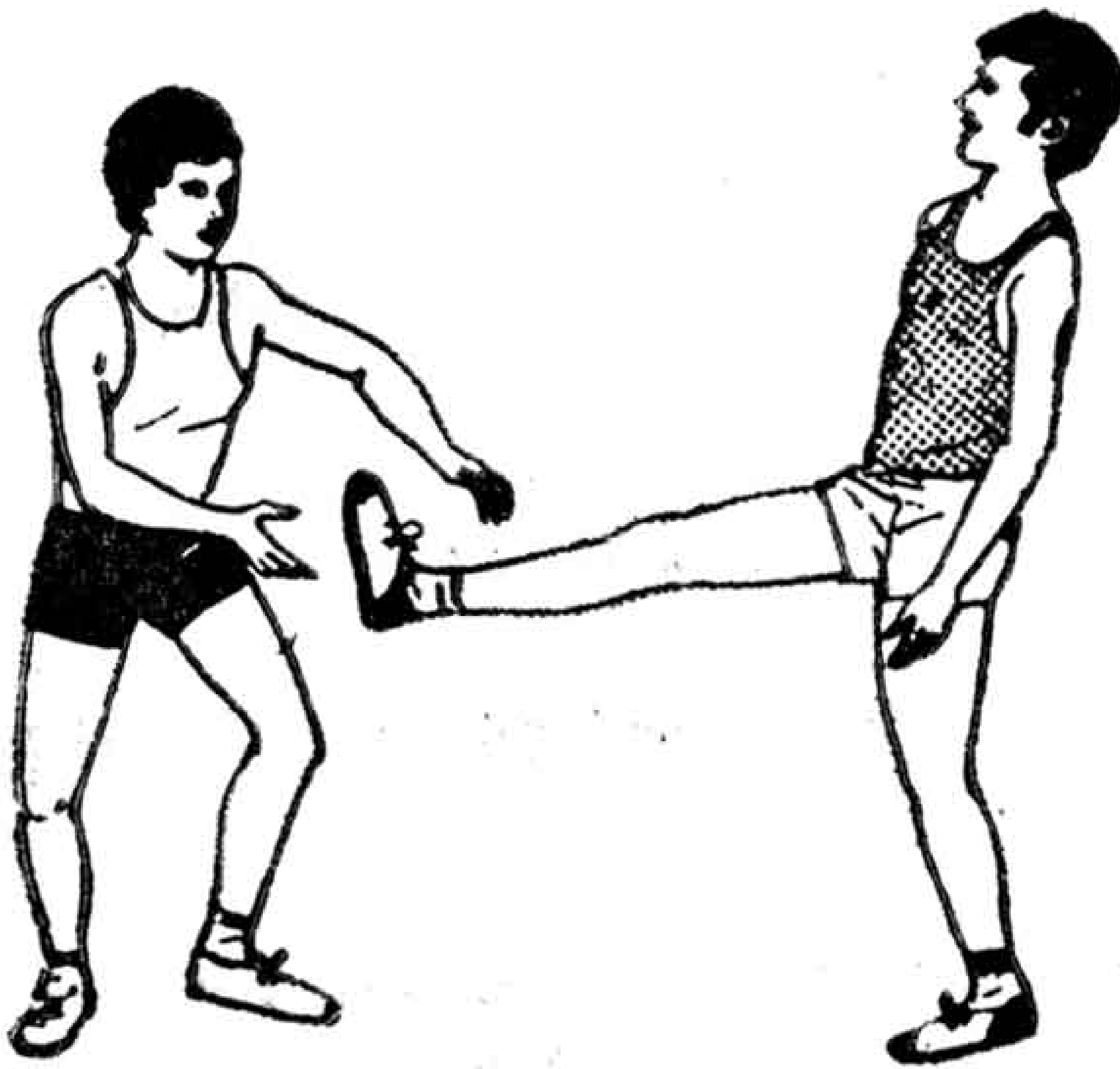
உச்சரிப்புடன், ''நடுவர்களுக்குக் காதில் விழுமாறு பாடிச் செல்ல வேண்டும்.

இந்த முறையில் பாட்டைத் தொடங்காமல், அடுத்தக் குழுவினரின் பகுதியில் நுழைந்து, அவர்களின் அருகாமையில் சென்று பாடத் துவங்கினுல், அவர் நடுவரால் ஒருமுறை எச்சரிக்கப்படுவார். எச்சரிக்கையை ஏற்றுக் கொள்ளாது, மீண்டும் தொடர்ந்து இதே தவறைச் செய்தால், அவர்

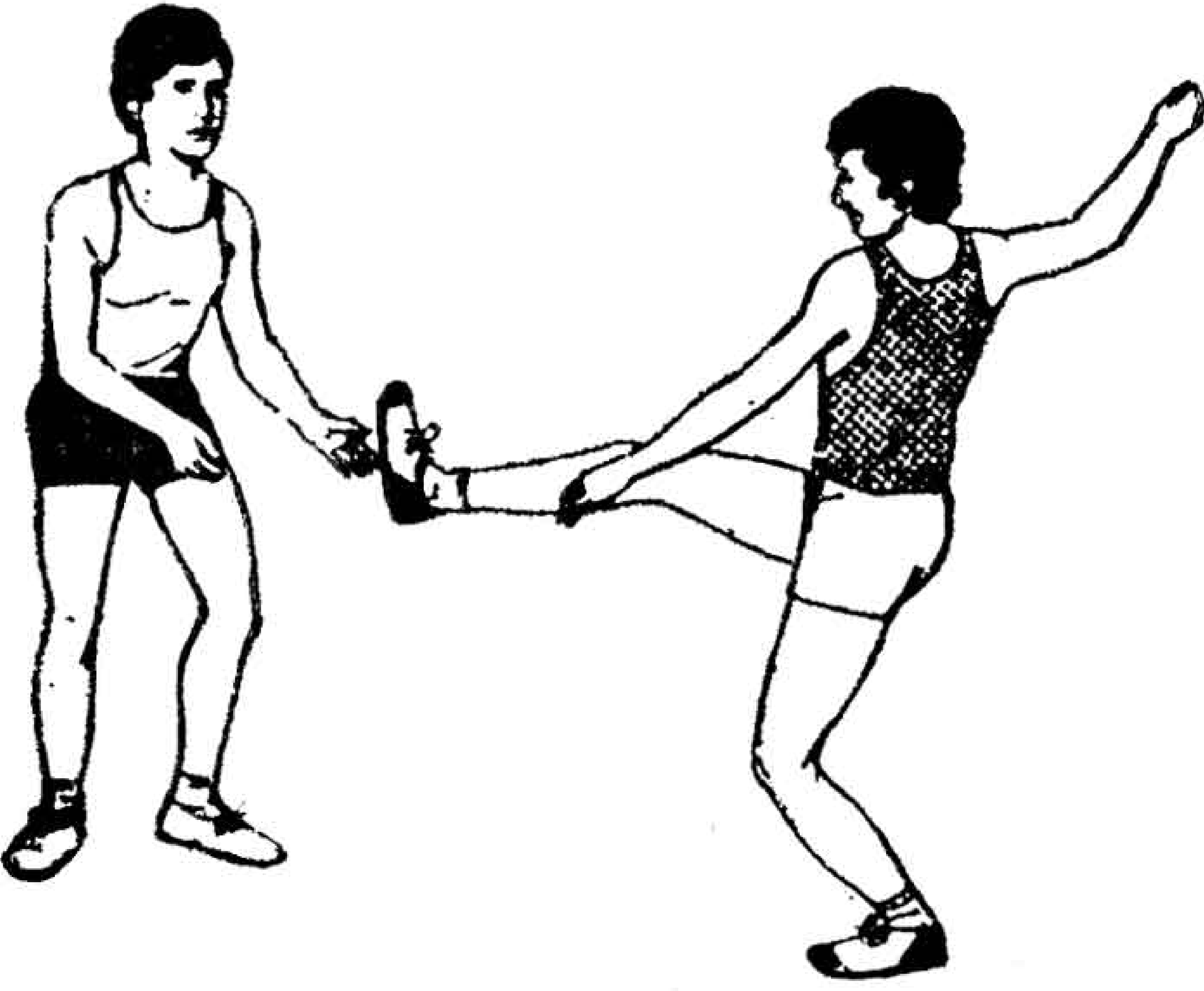
பாடிச் செல்லும் வாய்ப்பை இழக்கிறார். பாடும் வாய்ப்பு எதிர்க்குழுவினருக்குப் போய் சேருகிறது. அத்துடன், நடுவர்



ஏமாறும் நேரத்தில், எதிரியின்
காலைத் தொட்டு (மிதித்து) விடுதல்.



பிடிக்க வருபவரின் முன்புறமாகவே
உதைத்துத் தொட்டு விடுதல்.



அதே தன்மையில் மற்றொரு முறை.



பிடிப்பவர்களுக்கிடையே சிக்கிக் கொண்டால்,
அவர்கள் மேலே எகிறிக் குதித்துத்தப்பி வருதல்.

எதிர்க்குழுவினருக்கு ஒரு வெற்றி எண்ணையும் தர வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது.

ஒரே குழுவைச் சேர்ந்த சிலர், சேர்ந்தாற் போல் எதிர்க் குழுவை நோக்கிப் பாடிச் செல்லும் பொழுது, நடுவர் எல்லோரையும் அழைத்து, அவர்கள் பகுதிக்குப் போகுமாறு செய்து, பாடுகின்ற வாய்ப்பை எதிர்க்குழுவிற்கு அளித்துவிடுவார்.

இவர்களில் எதிர்க் குழுவினர் யாராவது தொடப் பட்டிருந்தால், அவர்கள் வெளியேற்றப்பட மாட்டார்கள்.

இவ்வாறு ஒருமுறை எச்சரிக்கப் பட்டதற்குப் பிறகும் சிலர் சேர்ந்தாற்போல் எதிர்க்குழுவை நோக்கி மீண்டும் பாடிச் சென்றால், முதலில் பாடிச் சென்றவரைத் தவிர, பின்னல் பாடிச் சென்ற மற்றவர்கள் எல்லோரும் வெளி யேற்றப்படுவார்கள். எதிர்க்குழுவிற்கு இதனல் வெற்றி எண்கள் கிடைக்கின்றன.

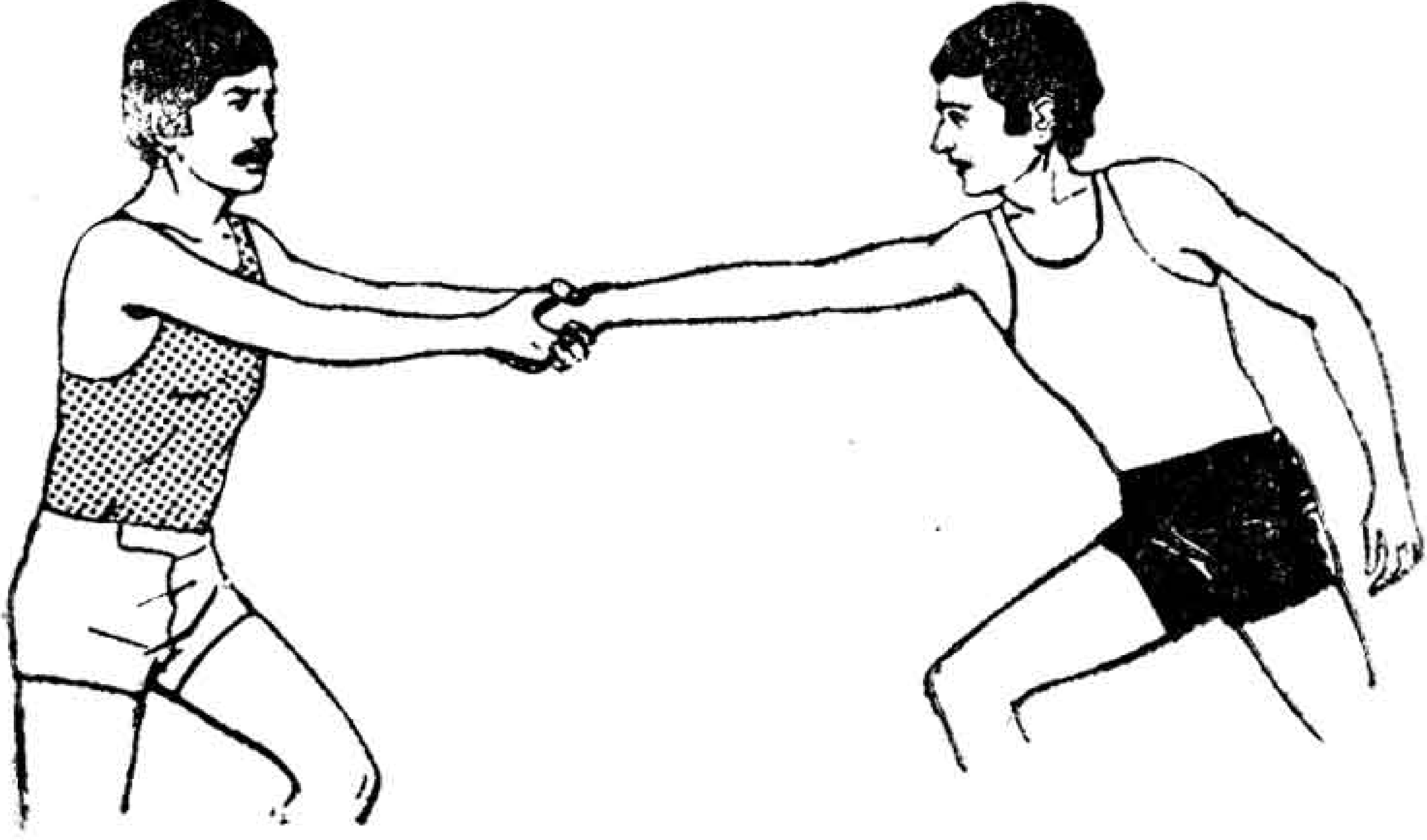
இன்னும், பாடிச் செல்வோர் எதிர்க்குழுவினுள் நின்று கொண்டிருக்கும்பொழுது, பாடுவதை நிறுத்தி விட்டால், அவர் உடனே 'வெளியேற்றப்பட்டார்' (out) என்று அறிவிக்கப்படுவார். அவர் பாடிச் செல்கிற மூச்சை நடுக் கோடு வரையிலும் திரும்பிக் கொண்டு வந்து தான் நிறுத்த வேண்டும்.

பாடிச் செல்வோர் எப்பொழுதாவது ஆடுகள எல்லையை விட்டு வெளியே கால் வைத்தாலும் வெளியேற்றப்படுவார்.

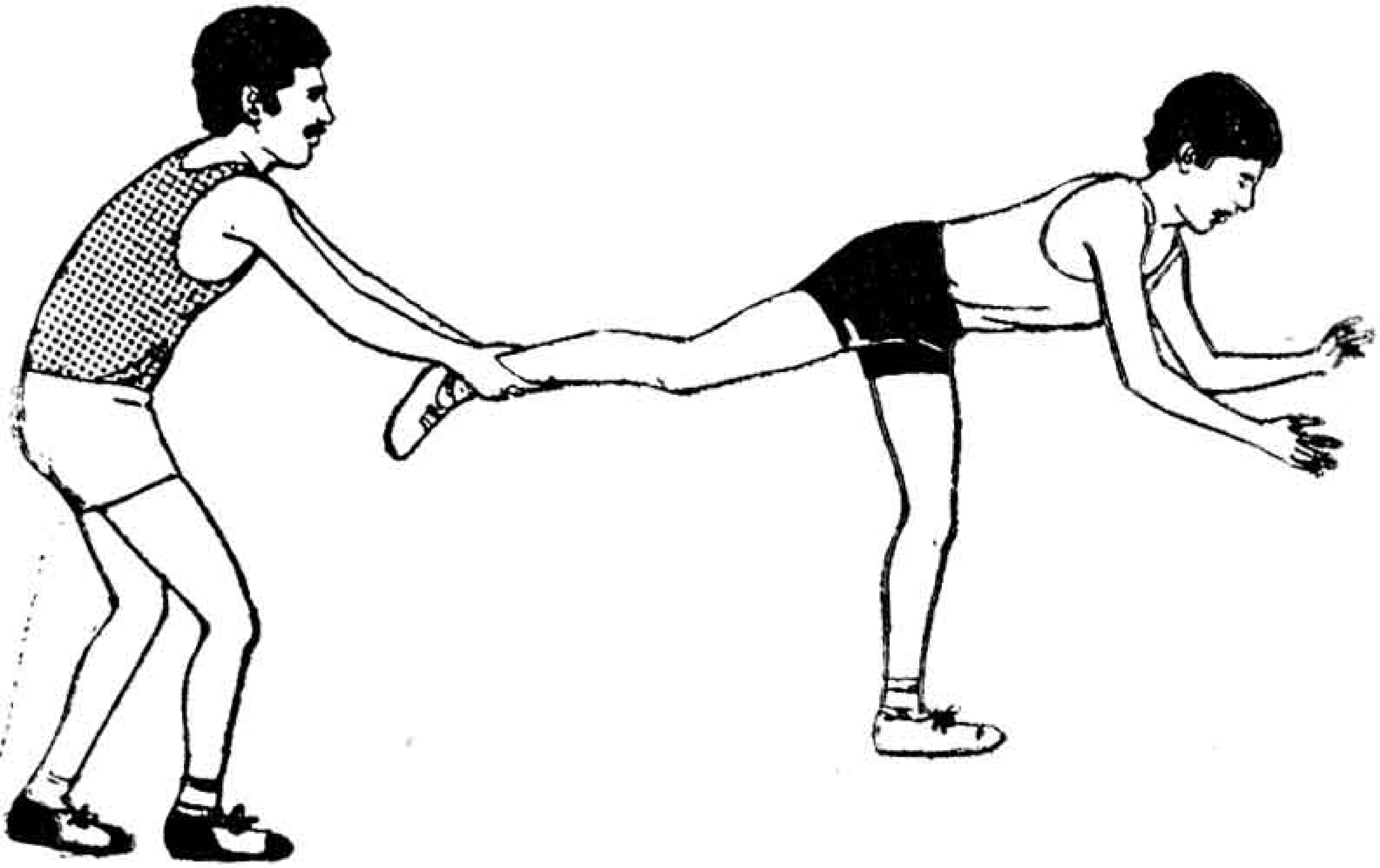
2. பிடிப்பவர் கவனிக்க (Anti Raider)

தன்னுடைய பகுதிக்குப் பாடி வரும் ஆட்டக்காரரைப் பிடிப்பவர்கள், அவரைப் பிடித்ததும், அவர் வாயைப் பொத்திப் பாடுவதை நிறுத்தவோ, முயலவோ கூடாது.

அபாயம் நேருகின்ற அளவுக்கு அவரைப் பிடித்து அழுத்தி இழுப்பதோ, காலைப் பின்னிக் கொண்டு மடக்கு வதோ, மற்றும் எவ்விதமாகவேனும் முரட்டுத்தனமாக

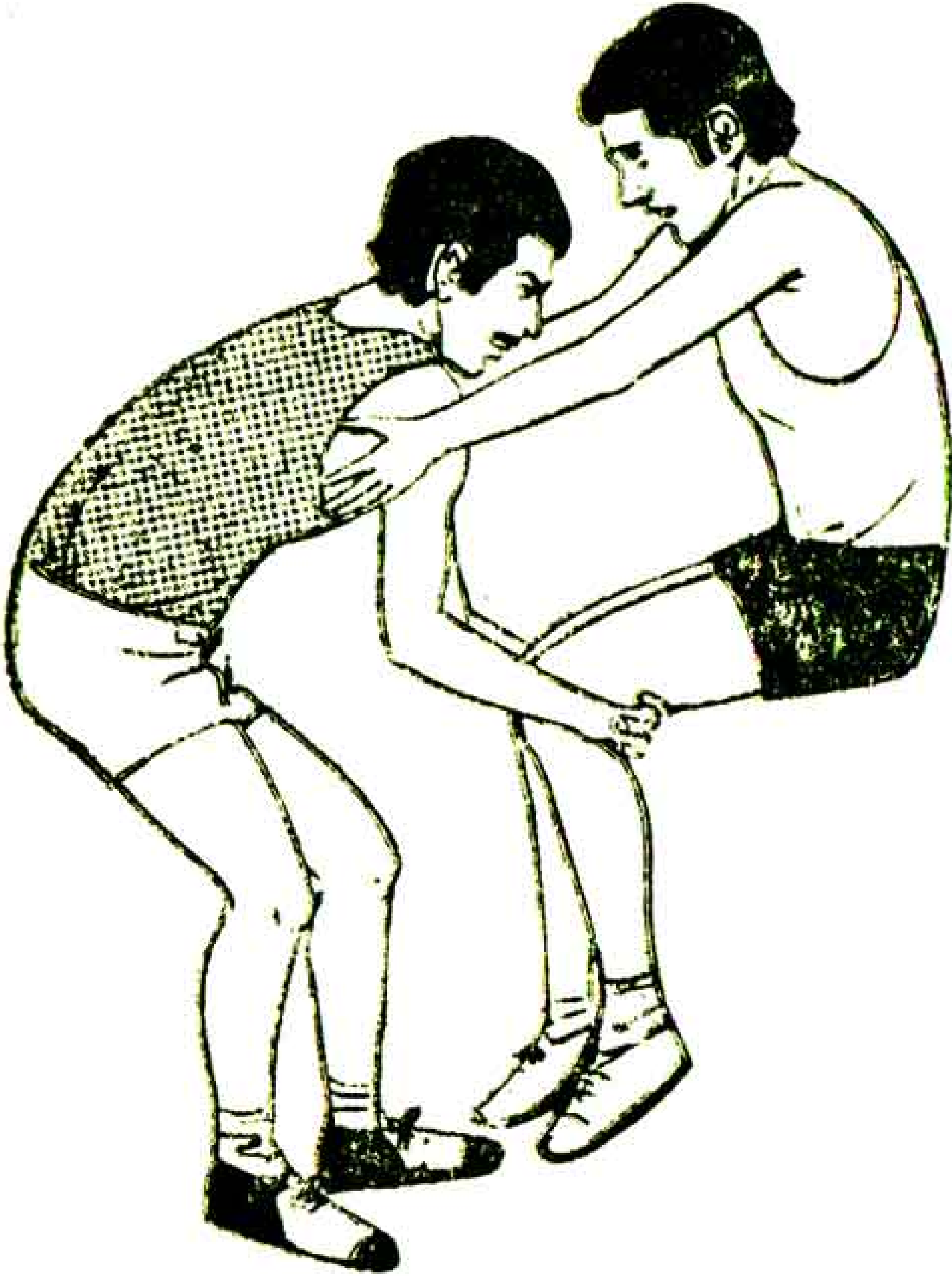


பாடி வருபவரைக் கையைப் பிடித்தே மடக்கி விடுதல்.



பாடி வருபவரின் கணுக்காலைப் பிடித்து இழுத்து விடுதல்.

செயல்படுவதோ கூடாது. அப்படி ஏதாவது நடந்தால் பிடிபட்டவர் 'தப்பினர்' (Safe) என்று அறிவிக்கப்படுவார்.

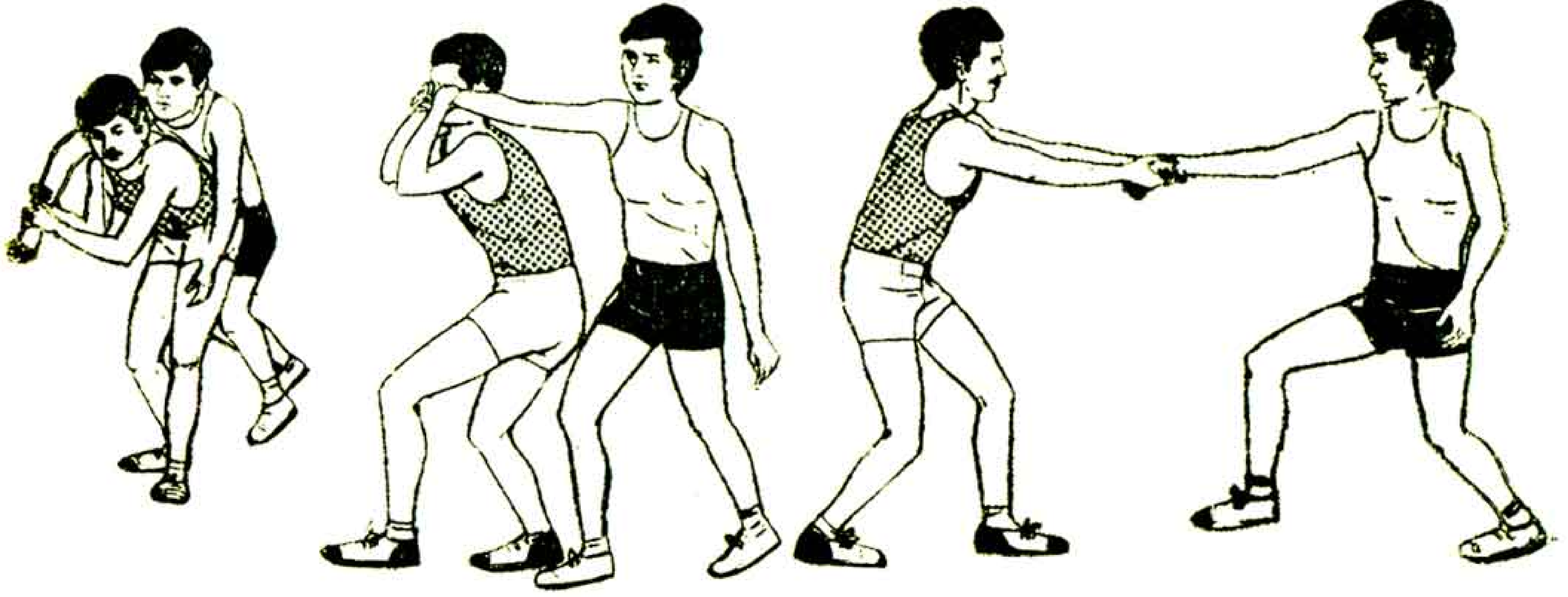


இரு கால்களையும்
பிடித்து, கீழே தடுமாறி
மூச்சிழக்கச் செய்தல்.



இருவராகச் சேர்ந்து,
பாடி வருபவரைத்
தூக்கி விடுதல்

பாடி வந்தவரைப் பிடித்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுது பிடிக்கும் குழுவினரில் யாரும் எதிர்க்குழுவின் பகுதியையோ அல்லது எல்லைக்கோட்டையோ தொடக்கூடாது.



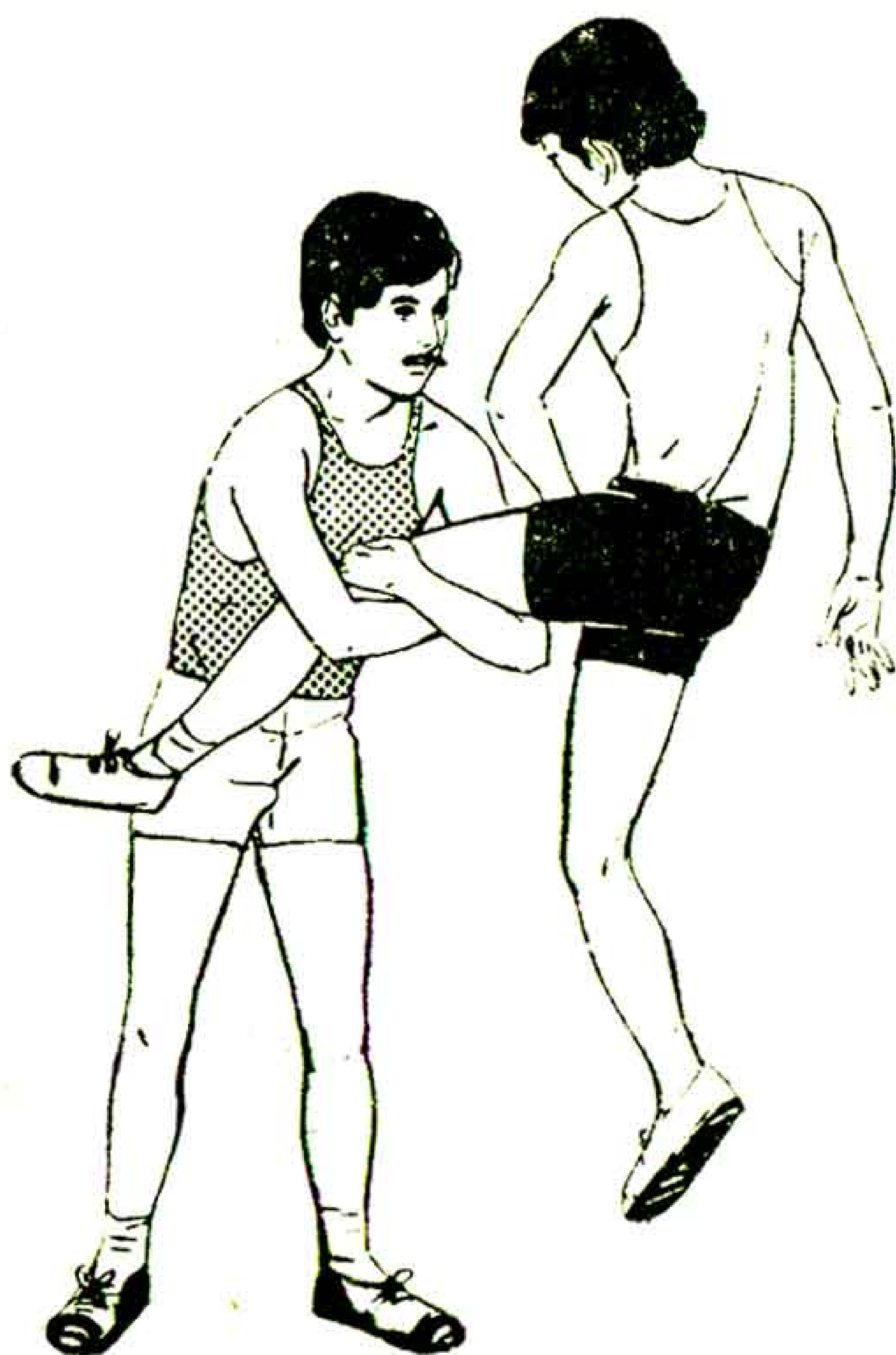
பாடி வருபவரின் கைகளைப் பிடித்துத்
தூக்கிப் பிடித்து விடுதல்

அவரை ஆடுகள எல்லைக்கோட்டை விட்டு வெளியே வலிந்தும் தள்ளக் கூடாது. அப்படி ஆடுகள எல்லையை விட்டு வலிந்து தள்ளப்பட்டவர் வெளியே சென்ற பின்னும், பாடுபவரைப் பிடித்து இழுப்பதும், அவருக்குத் துணையாக வந்து பிடிப்பவர்கள் அத்தனை பேரும் வெளியேற்றப்படுவார்கள். பாடி வந்தவரும் 'தப்பினர் என்று அறிக்கப்படுவார்.

பாடி வருபவரைப் பிடிப்பவர்கள், அவருடைய கால்களையும் கைகளையும் இடுப்பையும் தவிர, உடலின் வேறு எந்தப் பாகத்தையும் பிடித்து நிறுத்தவோ பிடிக்க முயலவோ கூடாது.

பாடி வருபவர் பிடிப்பவர்களால் வளைக்கப்பட்டும், பிடிக்கப்பட்டும், சிறிதுநேரப் போராட்டத்திற்குப் பிறகு,

கஷ்டப்பட்டு பிடிபடாமல் தப்பிச் செல்லும் போது, அவரைப் பின்தொடர்ந்து சென்று 'உடன்பாடி அடிக்கவும்' (Chase) எதிர்க்குழு முயற்சிக்கக் கூடாது,



ஒரு காலைத் தூக்கிப் பிடித்து சமநிலை
இழக்கச் செய்து பிடித்தல்

3. வெளியேற்றுதல் (Out)

பாடி வருபவர் பிடிபட்டாலும், அல்லது. பாடியவர் எதிர்க்குழுவினரைத் தொட்டு விட்டு பாதுகாப்பாகத் தன் பகுதியைச் சேர்ந்து விட்டாலும், வெளியேற்றப்பட வேண்டியவர்கள் பிடிபட்டவர், தொடப்பட்டவர் இருவருமேயாகும். ஆட்ட எல்லைக்கோட்டை விட்டு வெளியே யாராவது ஆடும்நேரத்தில் சென்றால், அவர்கள் உடனே வெளியேற்றப்படுவார்கள்.

உடம்பின் எந்தப் பகுதியானாலும் சரி, கோட்டிற்கு வெளியே பட்டாலும், முதலில் கூறப்பட்ட விதிகளை மீறினவர்கள் உடனே ஆட்டத்தை விட்டு வெளியேற்றப் படுவார்கள்.

ஆடும் நேரத்தில் ஒரு குழுவில் இரண்டு மூன்று பேரைத் தவிர, மற்ற ஆட்டக்காரர்கள் வெளியேற்றப்பட்டபொழுது குழுத் தலைவரானவர், இனி சமாளிக்க முடியாது என்று நினைத்து தன் குழுவின் ஆட்டக்காரர்கள் எல்லோரும் வெளி யேற்றப்பட்டதாக நடுவரிடம் கூறியவுடன், எல்லோரும் வெளியேற்றப்படுவார்கள் (All out). மீண்டும் அவர்கள் எழுவரும் திரும்பி வந்து ஆட்டத்தைத் தொடங்கி ஆடுவார்கள்.

இவ்வாறு பின் வாங்கிய அத்தனை பேருக்கும் சேர்த்து, எதிர்க் குழுவிற்கு வெற்றி எண்கள் கிடைப்பதோடு, லோனாவும் கிடைக்கிறது.

4. தொடரிடம் (Lobbies)

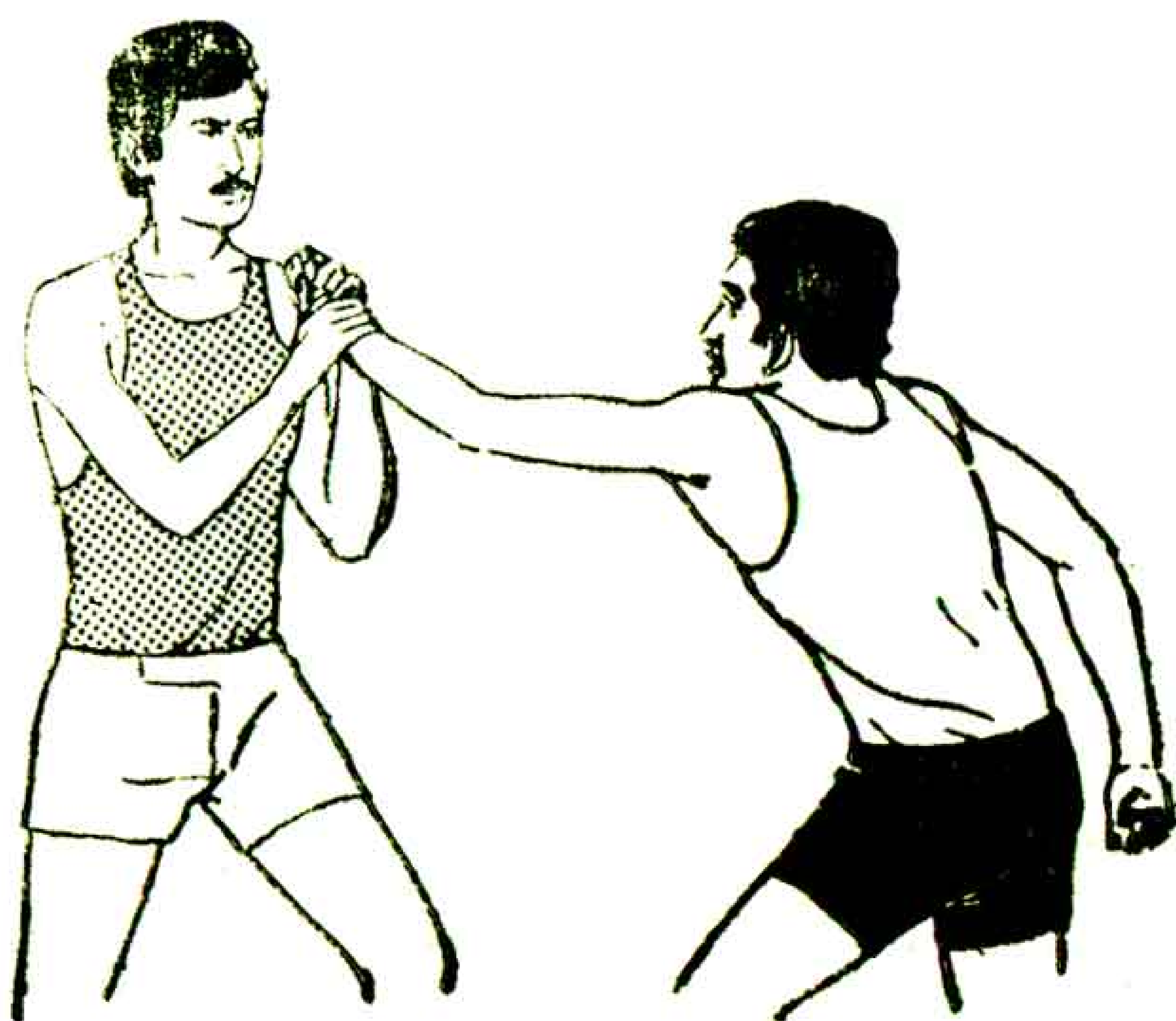
ஆடும் எல்லையை ஒட்டினாற் போல் இரண்டு பக்கங் களிலும் ஒரு மீட்டர் அகலத்தோடு நீண்டிருக்கும் பகுதியே தொடரிடமாகும். இந்தப் பகுதி, ஒருசில முக்கிய நேரங் களில் ஆட்ட எல்லையுடன் தொடர்பு கொண்டு உதவுவதால் தான் இதைத் தொடர் இடம் என்கிறோம்.

பாடிச் செல்பவருக்கும், பிடிப்பவர்களுக்கும் எப்பொழுது போராட்டம் தொடங்குகிறதோ, அப்பொழுதுதான் தொட ரிடம் பயன்படுகிறது. போராட்டத்திற்குப் பிறகு அல்லது அல்லாடிய பிறகு இந்த இரு குழுவினரும் தங்கள் தங்கள்

பகுதிகளுக்குச் செல்லும் பொழுதும் இந்தத் தொடரிடத்தைத் தான் பயன்படுத்திக் கொள்வார்கள்.

போரட்டம் என்பது பாடிச் செல்பவரோ, அல்லது பிடிப்பவரோ ஒருவரை ஒருவர் தொடும்பொழுதே தொடங்கிவிடுகிறது. பாடி வருபவர் பிடிக்கப்பட்டு இழுக்கவும், மற்றவர் பிடியை விடாது பிடிக்கவும், ஒருவரை ஒருவர் வலிமையால் தள்ளிவிட முயற்சிக்கும்பொழுதும், அவர்கள் ஆடுகளத்திற்கு உள்ளேயும் வெளியிலேயும் செல்ல நேரிடும்.

அப்படி அவர்கள் பக்கவாட்டில் நகர்ந்து, தொடரிடத்திற்கு வந்தாலும், அவர்கள் எல்லையைவிட்டு வெளியே சென்றதாகக் கருதப்பட மாட்டார்கள்.



கோகோ ஆட்டம்

பாரதத்திலே பிறந்துள்ள ஆட்டங்களில் சடுகுடுவுக்கு அடுத்தபடியாகப் பெருமைபெற்று விளங்கும் ஆட்டம் 'விரட்டித் தொடும் கோகோ' ஆட்டமாகும். (A Game of Chase).

இந்த ஆட்டம் மகாராஷ்டிர மக்களின் (Heritage of Maharashtra) வழிவழி உடைமையாக இருந்து வந்திருக்கிறது. இதன் தோற்றம், வளர்ச்சியைப் பற்றிய குறிப்புக்கள் எதுவும் தெளிவாக நமக்குத் தெரியவில்லை.

இருபதாம் நூற்றாண்டுவரை இந்த ஆட்டம் பண்படாத நிலையில்தான் விளையாடப்பட்டு வந்திருக்கிறது. பல்வேறு இடங்களில் பல்வேறு மொழிபேசும் மக்களால், பல்வேறு விதிகளடங்கிய அமைப்போடுதான் வளர்ந்திருக்கிறது என்றுதான் நம்மால் அறிய முடிகிறது,

இணையற்ற பல ஆட்டக்காரர்களும், இதில் ஈடுபாடு கொண்ட ஈர நெஞ்சுடையவர்களும், ஒருமனதாகி, இந்த அவல நிலையை மாற்றி, அழகுபட விளங்கவைக்க விழைந்தனர். இதன் பயனாக, 1914ம் ஆண்டு 'தக்காண ஜிம்கானா' பூனா, (Deccan Gymkana Poona) என்ற சங்கத்தின் ஆதரவால், ஏற்படுத்தப்பட்ட துணைக் குழு ஒன்றால், முதன் முதலாக விதிமுறைகள் அமைக்கப்பட்டன.

ஆட்ட விதிகளின் ஆக்கத்திற்குப் பிறகு, ஆட்டத்திற்கு நல்லதொரு வளரும் சூழ்நிலை ஏற்பட ஏதுவாயிற்று, விறு விறுப்பும் வினயமும் கொண்ட இந்த ஆட்டம் இன்னும் விரைவாகவும், நிரைவாகவும் மாற வேண்டும் என்ற மனப் பாங்கு மக்களிடையே தோன்றலாயிற்று.

இதனால் பாரதத்தின் பல பக்கங்களிலிருந்தும் மக்கள் தங்களுடைய கருத்துக்களைத் தெரிவித்தனர். தங்கள் திறமைக்கு இதனால் மாசு ஏற்படுகிறது; என்று மனதில் நினையாமல், 'ஆட்டம் வளர வேண்டும். அதனால் மக்கள் பயனடைய வேண்டும்' என்ற நல்லெண்ணத்திலேயே ஊறித் திளைத்திருந்த 'ஆட்ட அமைப்பு வல்லுநர்கள்', மக்கள் கருத் துக்களை மகிழ்ச்சியுடன் வரவேற்று ஏற்றுக் கொண்டனர்.

இதன் விளைவாக, திருத்தப்பட்டும், தெளிவாக்கப் பட்டும் ஆட்ட விதிகள் இரண்டாவது முறையாக 1924ஆம் ஆண்டு வெளிவந்தன. இதுவரை, 'விரட்டித் தொடுதல்' எனும் 'கோ-கோ' ஆட்டம் 'அகில மகாராஷ்டிர சரீரிக் சிக்ஷன் மண்டல்' (Akil Maharashtra Sharearik Shikshan Mandal) என்னும் அமைப்பின் நிர்வாகத்தின் கீழ்க் கட்டுப் பட்டு வளர்ந்து வந்திருக்கிறது. இச் சங்கத்தின் விதிகளே இதுவரை எல்லோராலும் ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டு வந்தன. இப்பொழுது அகில இந்தியக் கோ-கோ கழகத்தின் கீழ் கோ-கோ ஆட்டம் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டு வருகிறது.

ஆட்ட நேரம் மிகக்குறைவாக இருந்தாலும். ஓட்டமும் உடல் உழைப்பும் அதிகமானதால், மிக விரைவில் களைப்பை ஏற்படுத்தியும், அதே நேரத்தில் உற்சாகத்தையும் களிப் பையும் அளிக்கவல்லதாக அமைந்திருக்கின்றது கோ-கோ ஆட்டம்.

சிறிய ஆடுகள எல்லைக்குள், குறைவான ஆட்டநேரத்தில் மிகு தியான இன்பம் எய்திட உதவும் இந்த ஆட்டத்திற்குத்

கோகோ ஆடுகளம்

1.5மீ
தொடரிடம்

நீண்ட சதுரப் பகுதி

330செமீ

கம்பம்

கம்பக்கோடு

260செமீ

7.85மீ

240செமீ

240செமீ

240செமீ

240செமீ

240செமீ

240செமீ

240செமீ

260செமீ

31 மீட்டர்

தொடரிடம்

பக்கக் கோடு

தொடரிடம்

330செமீ

கடைக்கோடு

16 மீட்டர்

300செமீ

தொடரிடம்

தேவையான பொருட்கள் கொஞ்சமே. எளிமையில் இன்பங் காணும் நம் இந்தியப் பண்பாட்டிற்கு இந்த ஆட்டமே ஒரு எடுத்துக்காட்டாகும்.

விளையாடும் நேரம்

ஒன்பது பேரைக் கொண்டது ஒரு குழுவாகும். 3 மாற்றாட்டக்காரர்கள் உண்டு. எதிர்க் குழுவினரை விரட்டுவதும்' (Chasing) விரட்டுபவர்களால், 'விரட்டப் பட்டு ஓடுவதும் (Running) ஆன இந்த நிலையை 'ஆடும் வாய்ப்பு' (Inning) என்கிறோம். ஒரு போட்டி ஆட்டத்தில், ஒவ்வொரு குழுவும் இரண்டு தடவை (இரு முறை விரட்டுவதும், விரட்டப்படுவதும்) 'ஆடும் வாய்ப்பை' பெற வேண்டும்.

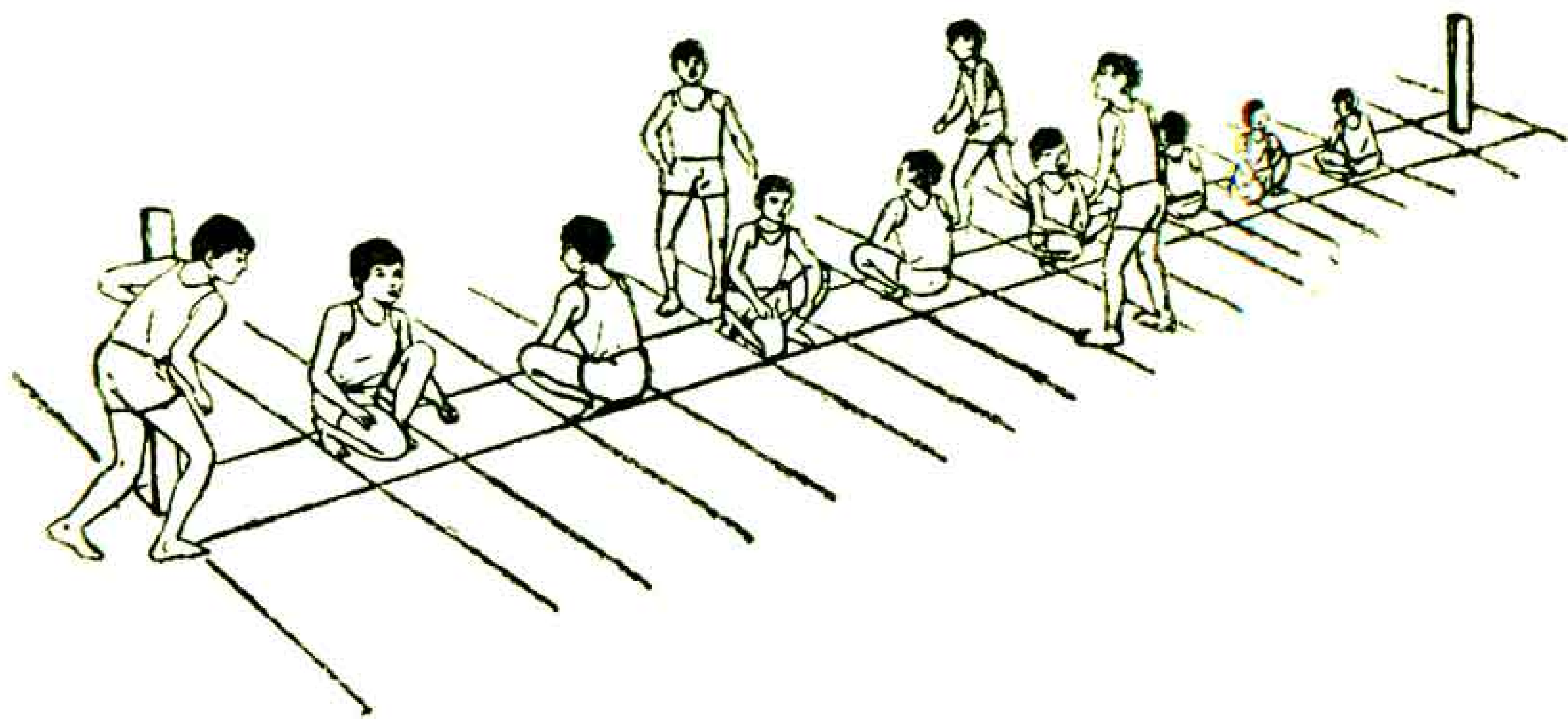
நாணயத்தைச் சுண்டுவதில், வெற்றி பெற்ற குழுத் தலைவர், தங்களுக்கு, ஓடுவதா,விரட்டுவதா என்று தெரிந்து சொல்வார்.

விரட்டும் குழுவினர் எட்டு பேர் ஆட்டத் தொடக் கத்தில் தங்களுக்கான இடங்களில் குதிகால்களின் மேல் உட்கார்ந்திருப்பார்கள். (உட்காரும் முறையை 'விரட்டு வோர் கவனிக்க) என்ற பகுதியில் காண்க. ஒன்பதாவது 'ஓடி விரட்டுவோன்' (Active Chaser) நீண்ட சதுரக் கோட்டில் 'நிற்கின்ற கம்பத்தை ஒட்டி நின்று கொண்டு இருப்பான்.

'ஓடும் குழுவினரில்' முதல் மூவர் (First Three) ஆட்டத் தொடக்கத்தில் ஆடுகளத்திற்குள் வருவார்கள். நடுவரின் குழலொலிக்குப் பிறகு ஆட்டம் தொடங்கும்.

முதல் மூவரும் தொடப்பட்டு வெளியே அனுப்பப்பட்ட பிறகு, 'இரண்டாம் மூவர் (Second Three) உள்ளே வர

வேண்டும். இவர்களும் தொடப்பட்டு வெளியேற்றப் பட்டதும் 'மூன்றும் மூவர்' (Last Three) வருவார்கள்.



உட்காரும் முறை

இவ்வாருக, ஒன்பது பேரும் வெளியேற்றப்பட்டார்கள் என்பதற்கு அறிகுறியாக, 'விரட்டும் குழுவினர்' எண்ணிக் கைப் பகுதியில் (Score) 'லோணு' என்று குறிப்பிடப்படும். ஆனல் லோணுவுக்கு இந்த ஆட்டத்தில் வெற்றி எண்கள் கிடையாது. (சடுகுடு ஆட்டத்தில் லோணுவுக்கு 2 வெற்றி எண்கள் உண்டு.)

ஒருவரைத் தொட்டு வெளியேற்றினல், ஒரு வெற்றி எண் கிடைக்கும். ஆட்ட நேரம் 7 நிமிடமாகும். இந்தக் கால அளவிற்குள் எத்தனை பேரைத் தொட்டு வெளியேற்றினலும், அத்தனை வெற்றி எண் விரட்டும் குழுவினருக்குக் கிட்டும்.

ஒவ்வொரு குழுவுக்கும் விரட்டும் நிலையிலிருந்து ஓடும் நிலைக்கு மாறி வர 2 நிமிட இடைவேளை உண்டு.

ஒரு முறை ஓடியும், ஒரு முறை விரட்டியும் முடிந்த ஒரு 'ஆடும் வாய்ப்புக்குப் (Inning) பிறகு, 5 நிமிட இடைவேளை உண்டு.

பின்னர், ஆடி முடிந்த விரட்டும் நிலையிலிருந்து விரட்டப்பட்டு ஓடும் நிலைக்கு வரும் பொழுது, ஓடுபவர் களின் பெயர்கள் அந்த 'வரிசை முறை'யிலிருந்து (Running order) மாறவே கூடாது.

ஆட்ட இறுதியில் (இரண்டு முறை 'ஆடும் வாய்ப்பைப் பெற்று) அதிகமான வெற்றி எண்களைப் பெறும் குழுவே வெற்றியடைந்ததாகும். இருவரும் சமமான வெற்றி எண்களைப் பெற்றிருந்தால் (Draw) மீண்டும் இரு குழுவினருக்கும் ஒரு முறை ஓடவும், ஒரு முறை விரட்டவும், வாய்ப்பு கொடுக்கப்படும்.

நான்காவது வாய்ப்பிலும் இரு குழுக்களும் சமமான எண்ணிக்கை எடுத்திருந்தால், முதல் ஓட்டக்காரர் தொடப்படுகின்ற நேரத்தைக் குறித்து வைத்துக் கணக் கெடுத்து, அதன்படி தீர்மானிக்க வேண்டும். அந்தப் போட்டி பல காரணங்களால் அன்று முடிக்கப்படா விட்டால் வேறு நாளில்தான் நடத்தப்பட வேண்டும். அந்த மறு போட்டியில் முன் ஆடிய அதே ஆட்டக்காரர்கள்தான் இருக்க வேண்டும் என்பது அவசியமில்லை.

ஆட்டம் நடந்து கொண்டிருக்கும் பொழுது, எதிர் பாராத விதமாக தடையேற்பட்டு நின்று விட்டால், அந்த ஆட்டம் மீண்டும் எப்பொழுது ஆரம்பிக்கப்படுகிறதோ, அப்பொழுதும் அதே ஆட்டக்காரர்களுடன், எந்த மாற்று முறை (Turn) இருந்ததோ, அதே மாற்று முறையில், முன்னிருந்த அதே வெற்றி எண்களை வைத்துக் கொண்டு தான் தொடங்க வேண்டும். அதாவது ஆட்டம் நின்று விட்ட இடத்திலிருந்து தொடர்ந்து ஆடி முடிக்க வேண்டும்.

ஒரு குழு மற்ற குழுவை விட 9 வெற்றி எண்கள் அதிகமாக எடுத்திருந்தால், அதோடு அவர்கள் தங்கள் 'விரட்டும் ஆட்டத்தை' (Chasing Turn) 'ஒத்தி வைத்து'

(with draw) எதிர்க் குழுவினருக்கு அந்த வாய்ப்பைக் கொடுத்து ஆடச் செய்யலாம். (Follow on)

அப்படி அந்தக் குழு 'ஒத்தி வைப்பை'க் கேட்கும் பொழுது, அவர்கள் மீண்டும் 'விரட்டுதற்குரிய' வாய்ப்பை இனி 'வேண்டாம்' என்று முடிவாகவே கூறி விடக் கூடாது. ஏனெனில் தற்பொழுது விரட்டும் எதிர்க் குழுவினர் இவர்களுக்கு மேல் அதிகமான வெற்றி எண்களை எடுத்து விட்டால், இவர்கள் மீண்டும் விட்டுக் கொடுத்த 'விரட்டும் வாய்ப்பைப் பெற முடியாது போய் விடும்,

ஆகவே, மீண்டும் விரட்டிப் பிடிக்கும் வாய்ப்பைத் தேவையென்று கூறிதான் ஒத்தி வைக்க வேண்டும். பிறகு சமயம் நேர்ந்தால், அந்த வாய்ப்பைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

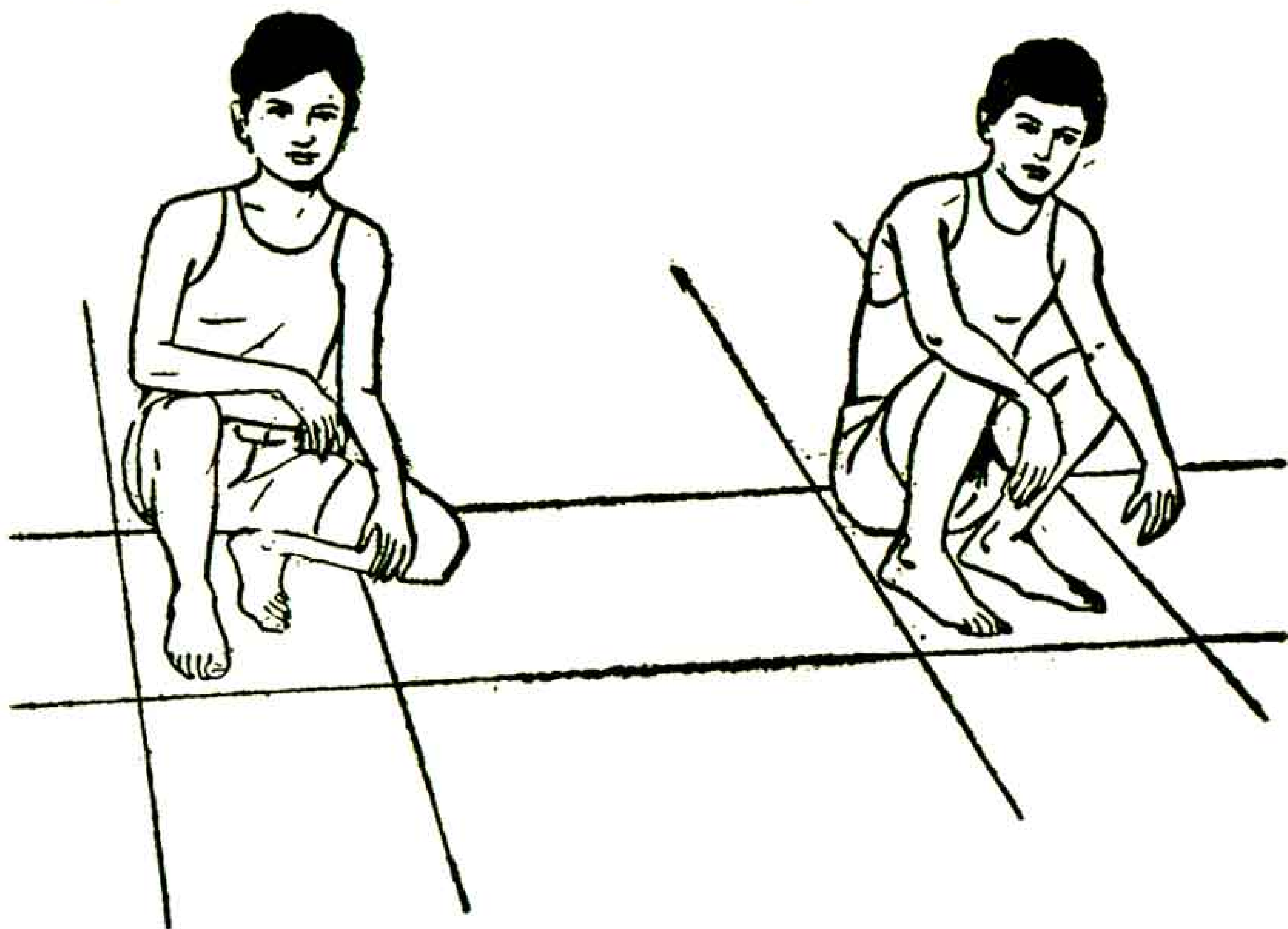
ஆட்ட நடுவில், 'மாற்றுட்டக்காரரை' சேர்த்துக் கொள்ள அனுமதி இல்லை. ஏதாவது காயம் ஏற்பட்டு அந்த ஆட்டக்காரரால் இனி ஆட முடியாது என்ற நிலை வந்தால், நடுவரின் அனுமதியோடு ஆட்டத்தில் சேர்த்துக் கொள்ள லாம்.

இனி விரட்டுவோரும், ஓடுவோரும் எவ்வாறு ஆட்டத்தின் விதிகளைக் கடைப்பிடிக்க வேண்டும் என்று அறிய வேண்டியது அவசியம். அந்த முறைகளைக் காண்போம்.

விரட்டுவோர் கவனிக்க (Chaser).

ஆடுகளத்தின் நடுக்கோட்டின் இடையிடையே எட்டு சதுர வடிவக் கட்டங்கள் உண்டு. அதில் விரட்டும் குழுவைச் சேர்ந்த எட்டு ஆட்டக்காரர்களும் ஒவ்வொரு கட்டத்தில் திசைமாறிப் பார்த்து உட்கார வேண்டும்.

அதாவது ஒருவர் மேற்குப் புறமாக திரும்பி உட்கார்ந் திருந்தால் அவரையடுத்து உட்கார்ந்திருப்பவர் கிழக்குப் பக்கமாக உட்கார்ந்திருக்க, இப்படியே ஒருவர் மாற்றி ஒருவர் திசை மாறி உட்கார வேண்டும்.



தவறான உட்காரும் முறை

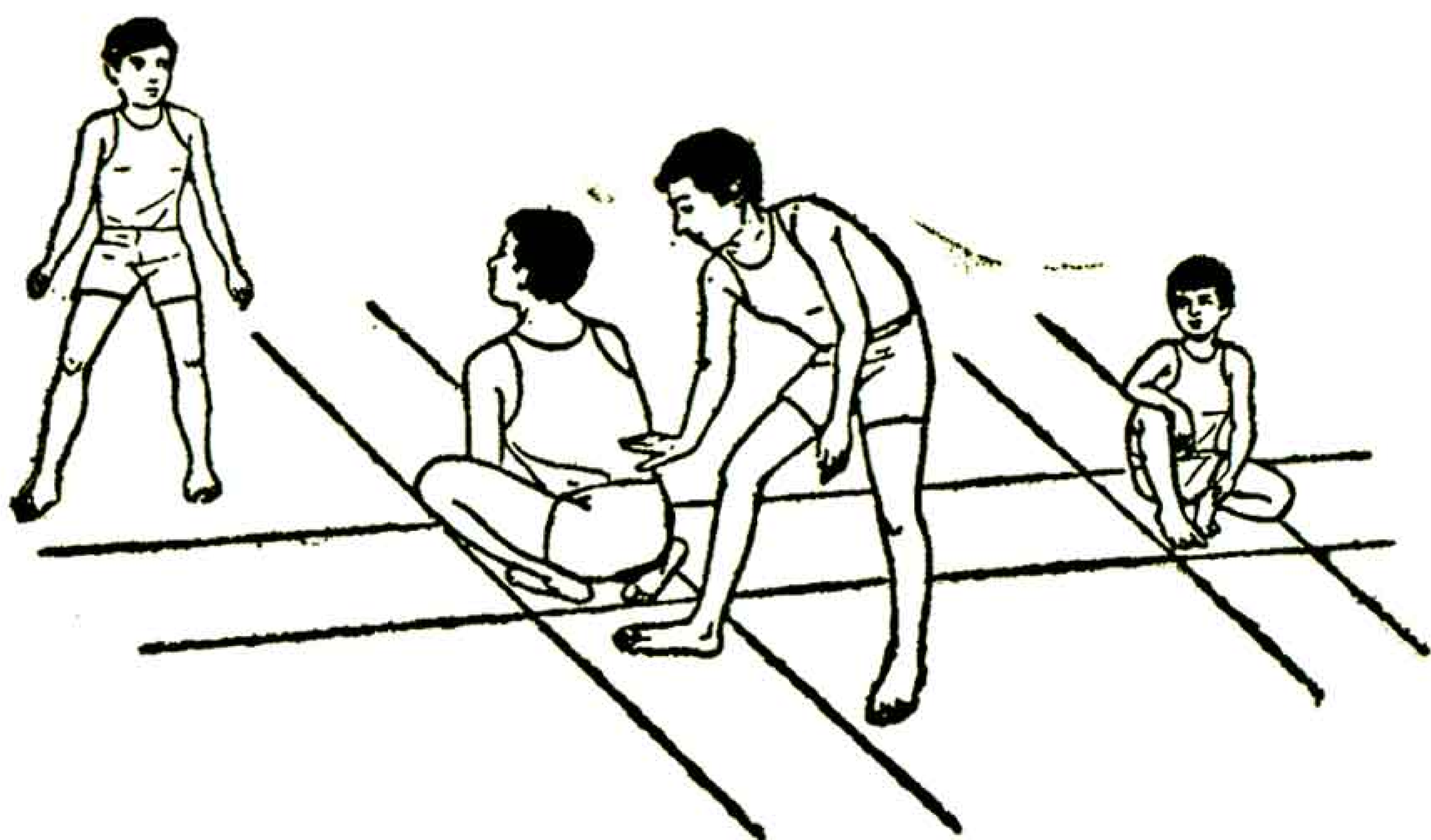
ஓடி விரட்டுகிற (Acitve Chaser) ஒன்பதாவது ஆட்டக் காரரர் ஆட்டத்தைத் தொடங்க, இரு முனையில் இருக்கும் ஏதாவது ஒரு கம்பத்தின் (Post) அருகில் நின்று கொண்டு இருப்பார்.

ஓடுவோரைத் தொடுவதற்கு ஓடி விரட்டுகின்றவர் விதிகளை மீறாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். விதிகளை மீறித் தொட்டாலும் ஓடுவோர் வெளியேற்றப்பட மாட்டார்கள். (Not out). தொட்டவருக்கு வெற்றி எண்ணும் கிடைக்காது போய்விடும்.

விரட்டுவதற்குரிய விதிகள் :

(1) ஓடி விரட்டி வருபவர் தன் குழுவினரில் ஒருவரை எழுப்பும் பொழுது, அவரது பின்புறமாகச்

சென்று, அவரைத் தொட்டு, நடுவருக்கும் ஓடுவோருக்கும் நன்றாகக் கேட்கும்படி கோ (Kho) என்று உரக்கச் சொல்ல வேண்டும்.



(2) உட்கார்ந்திருப்பவரின் நீட்டப்பட்ட கைகளையோ அல்லது கால்களையோ தொட்டுக் 'கோ' சொல்லக் கூடாது.

(3) குறுக்குக் கோட்டைத் (Cross Line) தாண்டிச் சென்ற 'ஓடி விரட்டுவோன்', மீண்டும் திரும்பி வந்து, தாண்டிச் சென்ற கட்டத்தினுள் உட்கார்ந்திருப்பவரை நோக்கிக் 'கோ' சொல்லக் கூடாது.

(4) புதிதாக எழுந்து ஓடிய 'விரட்டுவோர்' குறுக்குக் கட்டத்தைத் தாண்டி ஓடிய பின், மீண்டும் எதிர்ப் புறமாகத் திரும்பி வரக் கூடாது. ஓடி விரட்டுவோருடைய முகமும், தோள் சமநிலையும் (Shoulder level) எத்திசையைப் பார்த்திருக் கின்றதோ, அந்தத் திசைதான் விரட்டுபவருடைய ஓடும் திசையாகும்.

(5) ஓடும் திசையிலிருந்து பின் எதிர்த் திசைக்குத் திரும்ப வேண்டுமானால், நீண்ட சதுரக் கட்டத்திற்குச் சென்றோ (Rectangle) அல்லது அந்தக் கோட்டை மிதித்தோ, அல்லது அதிலுள்ள கம்பத்தை மட்டும் தொட்டு விட்டோதான் வர வேண்டும்.

(6) அவர் எக்காரணத்தை முன்னிட்டும் நடுக் கோட்டை (Centre Lane) மிதிக்கவோ, தாண்டவோ கூடாது. இறுதிக் கட்டத்தில் உட்கார்ந்திருப்பவருக்கும் கம்பத்திற்கும் இடையில் உள்ள பகுதியில் செல்வதோ அல்லது அந்தக் கோட்டை மிதிக்கவோ கூடாது.

(7) உட்கார்ந்திருக்கும் 'விரட்டுபவர்கள்' தாங்கள் உட்கார்ந்திருக்கும் பொழுது, ஓடுபவர்களுக்கு எந்தவிதமாகவேனும் தொந்தரவு தரும் நிலையில் உட்கார்ந்திருந்து, அதனால் ஓடுபவர் தொடப் பட்டால், அவர் நிச்சயம் வெளியேற்றப்பட மாட்டார்.

(8) விரட்டுபவர் ஆடுகளத்தை விட்டு வெளியேயும் ஓடலாம். ஆனால் அங்கு ஆடுகளத்தினுள் பார்க்கப் படுகின்ற அத்தனை 'திசை விதிகளையும் (Direction) பின்பற்ற வேண்டும். விரட்டுபவனுடைய முகம் உள்ள பக்கமே ஓடும் திசையாகும். அவர் தன் முகத்தை தன்னுடையத் தோள் பட்டை அளவு (நேர்க்கோடு அளவு) வரை தான் திருப்பலாம். இந்த விதி நீண்ட சதுரத்தில் கவனிக்கப் படுவதில்லை.

(9) உட்கார்ந்திருப்பவர் தன்னிடம் வந்து 'கோ' என்று சொல்லித் தொடுவதற்கு முன் எழுந்து

ஓடிவிடக் கூடாது, ஓடவும் முயலக் கூடாது. ஓடி விரட்டுவோன் 'கோ' என்று சொல்லி ஒருவரை எழுப்பிவிட்ட பிறகு, உடனே அதே இடத்தில் அதே திசைப் பக்கம் திரும்பி உட்கார்ந்துவிட வேண்டும்.

(10) மூவர் மூவராக' ஓடுபவர்கள் 'உள்ளே வருவார்கள். அந்த மூன்று பேரில் இறுதியாகத் தொட்டு வெளியேற்றிய 'ஓடி விரட்டுவோர்' ஒருவர், இரண்டாவதாக வரும் மூவரையும் உடனே ஓடித் தொடக் கூடாது, தொடவும் முடியாது. அதனால். அவர் அடுத்தவருக்கு சீக்கிரமாகக் 'கோ' கொடுத்துவிட்டு. அவரை ஓடச் செய்து, தான் உட்கார்ந்து விட வேண்டும்.

இவ்வாறு, தெரிந்தோ தெரியாமலோ, 'விரட்டு பவர்கள்' இடையிடையே செய்யும் தவறுகளை, நடுவர்கள் கண்டுபிடித்து, விசில் ஊதித் திருத்தி. அவர்கள் ஓட வேண்டிய திசையைக் காட்டுவார்கள். ஆட்டக்காரர்கள் அந்தத் திசைப் பக்கம் தான் ஓட வேண்டும். இந்த விதிகளை மீறி விரட்டுவோர், ஓடுவோரைத் தொட்டாலும், அவர்கள் வெளியேற்றப்பட மாட்டார்கள்.

ஓடுவோருக்குரிய குறிப்புக்கள் (Runners)

ஓடுவோர் ஆடுகளத்தின் உள்ளே எங்கு வேண்டு மானாலும் நிற்கலாம், ஓடலாம்; ஓடுவோருடைய 'கால்கள் இரண்டும் 'ஆடுகளத்தின் எல்லைக் கோட்டை விட்டு வெளியே சென்றால், அவர் வெளியேற்றப்படுவார் (Out). கால்கள் இரண்டும் வெளியேயிருந்து, உடல் முழுவதும் ஆடுகளத்தின் உள்ளே இருந்தாலும், அவர் வெளியில் சென்றதாகத்தான் கருதப்படுவார்.

ஓடுவோர் உட்கார்ந்திருப்பவரை எக்காரணத்தை முன்னிட்டும் தொடக்கூடாது. தொட்டால் முதல் முறையாக எச்சரிக்கப்படுவார். மீண்டும் தொட்டால் அவர் உடனே வெளியேற்றப்படுவார். அதனுல் எதிர்க் குழுவிற்கு ஒரு வெற்றி எண் கிடைக்கும்.

எந்த முறையிலேனும் ஓடுவோர், ஆட்ட விதிமுறைப்படி, விரட்டுவோர்களால் கையினுல் தொடப்பட்டால், அவர் வெளியேற்றப் படுவார்.

ஓடுவோர் தங்கள் பெயர் கொடுத்திருந்த வரிசைப்படி தான் மூவர் மூவராக ஆடுகளத்திற்குள் வர வேண்டும். வருவதற்கு அவர்கள் காலம் தாழ்த்தக்கூடாது. காலம் தாழ்த்தி உள்ளே நுழைபவர் வெளியேற்றப்பட்டதாக அறிவிக்கப்படுவார்.

சில முக்கியக் குறிப்புக்கள்

(1) 'கோ' சொல்லுதல் (To give Kho)

'கோ' சொல்லும் விரட்டுவோரில் ஒருவர், சத்தமாகவும் தெளிவாகவும், பிறருக்குக் கேட்கும் வண்ணமும் சொல்ல வேண்டும். உட்கார்ந்திருக்கும் தன் குழுவினரில் ஒருவரைத் தொடுகின்ற நேரத்தில்தான் சொல்ல வேண்டும். தொடுவதும் சொல்லுவதும் எப்பொழுதும் ஒன்று போல் இருக்க வேண்டும்.

(2) திசை கொள்ளல் (To take a Direction)

ஒரு கம்பத்திலிருந்து மறு கம்பத்திற்கு விரட்டுவோர் செல்லும் திசையே 'திசை கொள்ளல்' எனப்படும். ஒரு குறிப்பிட்ட திசையை நோக்கிச் செல்லும் பொழுது, தன்

முகத்தைத் தன்னுடைய தோள்பட்டை நேர்க் கோடு வரைதான் திரும்பிப் பார்க்க வேண்டும். அதற்கும் மீறி, பின்புறம் திரும்பிப் பார்த்தால், அது முகத்தைத் திருப்பியது (To turn the face) என்ற தவறுக்கு (Foul) ஆளாக நேரிடும்.

ஆகவே, நேரே செல்ல வேண்டியதுதான் முறை. இந்தத் தவறைக் கண்டுபிடித்த நடுவர், விரட்டுவோரை எந்தத் திசையில் போகச் சொல்லுகின்றாரோ, அந்தத் திசைப் பக்கம்தான் செல்ல வேண்டும்.

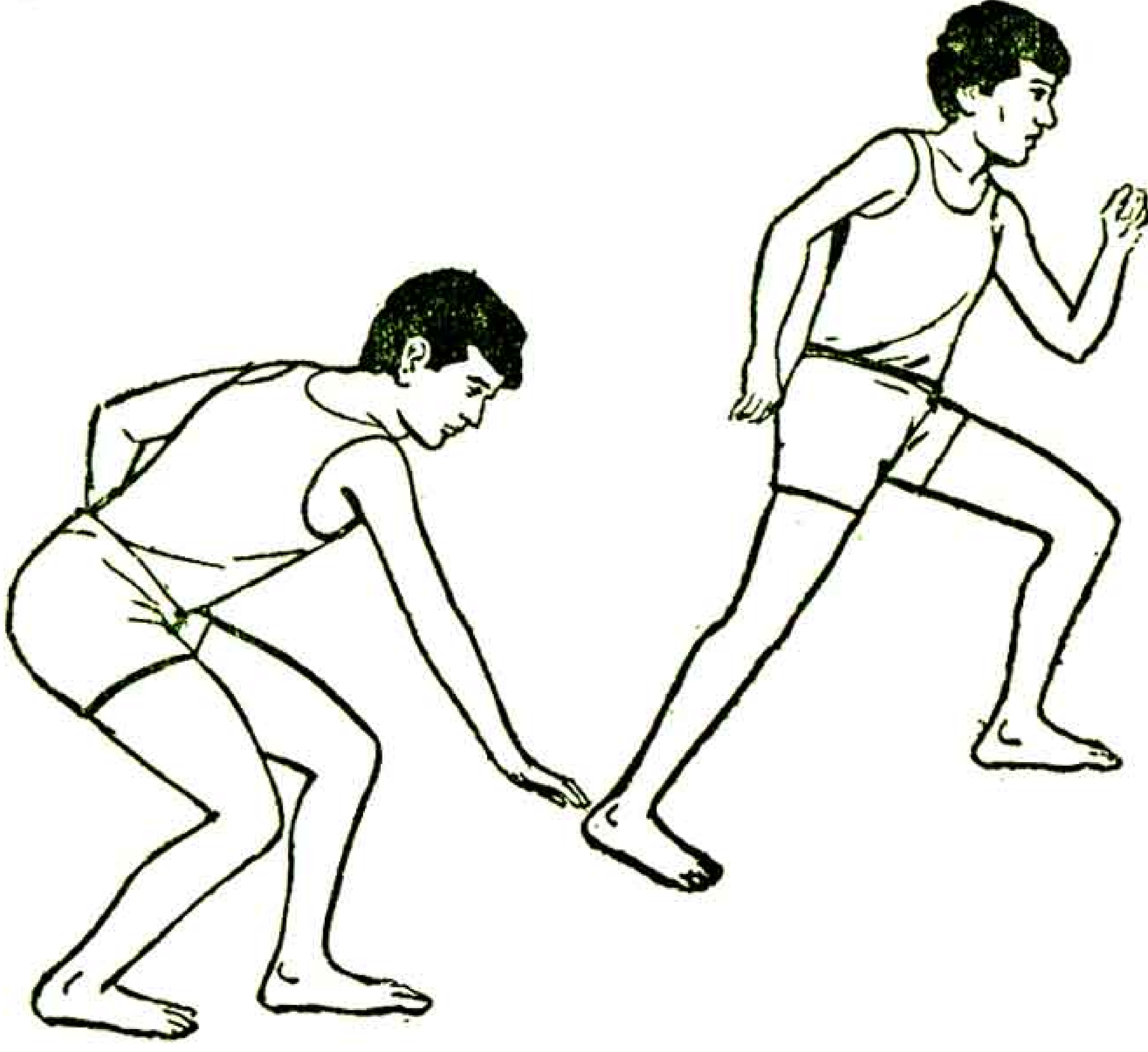
(3) 'லோனு' (Lona)

குறிப்பிட்ட 7 நிமிட நேரத்தில், ஓடுவோர் அத்தனை பேர்களையும் தொட்டு வெளியேற்றி விட்டால், விரட்டும் குழுவினருக்கு, அவர்களின் எண்ணிக்கைப் பகுதியில் (Score Book) லோனு என்று எழுதப்படும். சடுகுடுவில் லோனுவுக்கு 2 வெற்றி எண்கள் உண்டு. ஆனால் கோகோவில் லோனு குறிக்கப்படுகிறதே தவிர, இதற்காக தனியே வெற்றி எண்கள் தரப்படுவதில்லை. விரட்டும் குழுவினரின் திறமைக்கு மதிப்பளிப்பதற்காகவே லோனு குறிக்கப்படுகிறது.

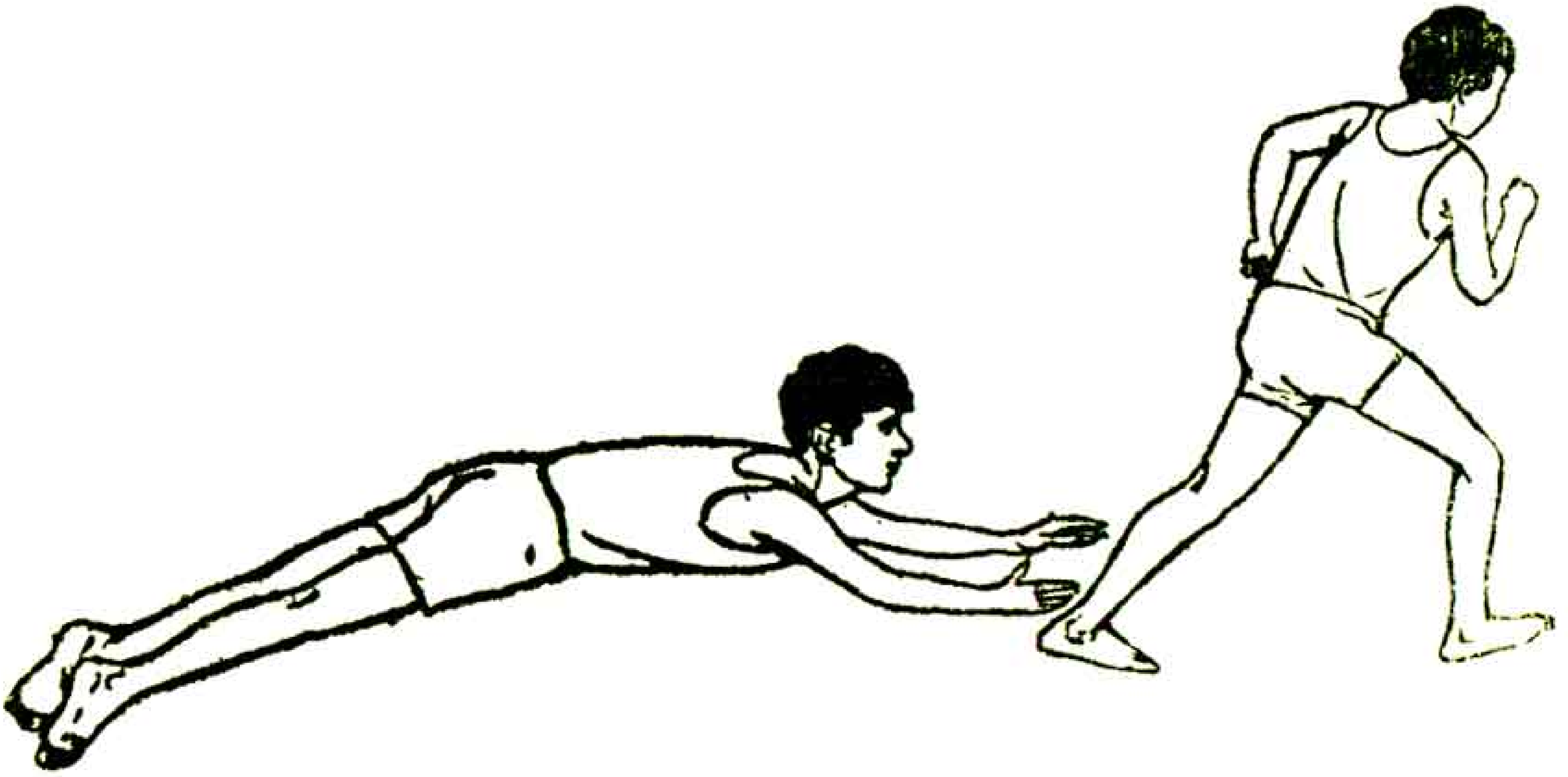
சில முக்கிய திறன் நுணுக்கங்கள்

கோ கோ ஆட்டம் வெறுமனே ஓடவும், விரட்டிப் பிடிக்கவும் வாய்ப்புத் தருகின்ற ஆட்டமாக மட்டுமல்ல. ஒரு சிறந்த மனிதரை உருவாக்கும் தன்மையிலே அமைந்த ஆட்டமாகவும் விளங்குகிறது.

நல்ல உடல் திறநிலை. நினைத்த நேரத்தில் நினைத்த பக்கம் வளைந்து தருகின்ற தரமான உடல் நிலை; வேண்டும் தருணத்தில் மிக வேகமாக ஓடக் கூடிய விரைவோட்டம்;

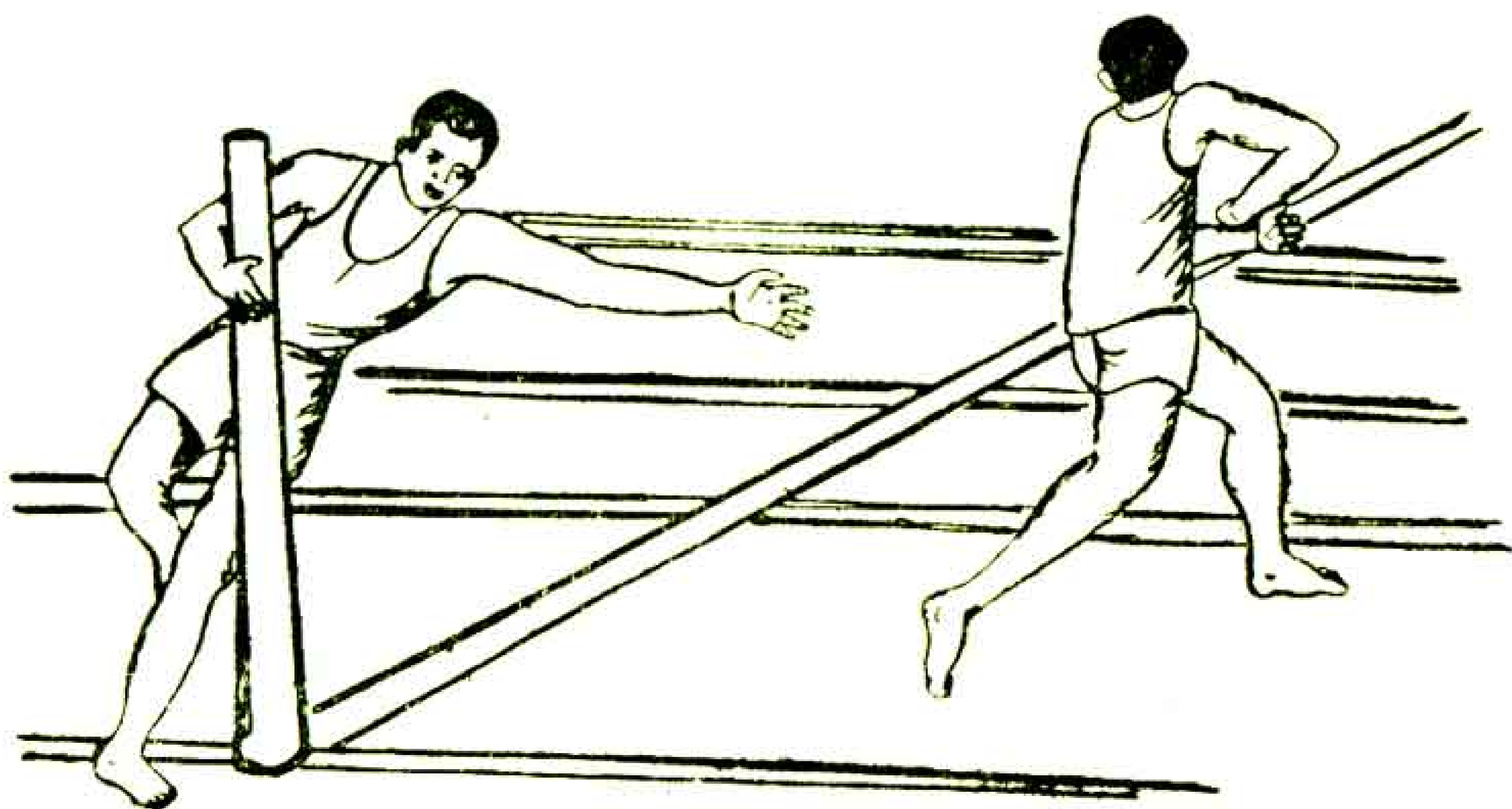


விரட்டிக் கொண்டு ஓடும் பொழுதே
குனிந்து தொடுதல் (Tapping)



குனிந்து தொட முடியாத தூரத்தில் ஓடுபவரை,
முன்புறமாகப் பாய்ந்து விழுந்து தொடுதல் (Diving)

தொடர்ந்து ஓடிக் கொண்டேயிருக்கும் உடல் வலிமை (Stamina) தளராத மன உறுதி; பிறரை ஏமாற்றி சமாளிக்கும் திறன் ஆகிய திறன்களை உடைய ஆட்டம், ஆடிப் பார்ப்பவர்களுக்கு மிக அருமையான ஆட்டம்.



கம்பத்திற்கருகில் நிற்பவரை கம்பத்தைச் சுற்றிப் பாய்ந்து அடித்தல் (Pole Diving)

வேடிக்கை பார்ப்பவர்களுக்கோ கொண்டாட்டம். காட்சி விருந்து. மாட்சிமை மிகுந்த போட்டியாகும்.

பங்கு பெறுபவர்களின் பாங்கான வாழ்வுக்கு பண்புகளை ஊட்டித்தரும் விளையாட்டுக்களை, நீங்களும் விளையாடி மகிழுங்கள், நிறை வாழ்வு வாழுங்கள்.

கலைச்சொற்கள்

Active Chaser — ஓடி விரட்டுபவர்
Aim — நோக்கம்
Amateur Player — பொழுது போக்கு ஆட்டக்காரர்
Anticipation — முன்னறியும் திறன்
Anti Raider — பிடிப்பவர்
Arm Work — கைத்திறன்
Attack Line — தாக்கும் கோடு
Attacking Team — தாக்கும் குழு
Back Row — பின் வரிசை
Ball Handling — பந்தைக் கையாளுதல்
Bar Activities — கம்பி வழிச் செயல்கள்
Base Ball — தளப் பந்து
Blocking — தடுத்தாடுதல்
Board — ஆட்டப் பலகை
Bbdy Building Exercises — கட்டுடற் பயிற்சிகள்
Body Movements — உடல் இயக்கங்கள்
Captain — குழுத் தலைவன்
Cntre Circle — மைய வட்டம்
Centre Line — மையக் கோடு
Centre Spot — மையப் புள்ளி
Chase — திடீர் தாக்குதல்
Chaser — விரட்டுபவர்
Chest — மார்பு, நெஞ்சு
Chest Pass — முன் தள்ளி மாற்றல்
Club — சங்கம்
Co ordination — ஒன்றுபட்ட இயக்கம்
Control — கட்டுப்பாடு
Corner Hit — முனை அடி
Cprner Kick — முனை உதை
Cover — காத்தாடுதல், பந்து மேலுறை
Cross Lane — குறுக்குக் கோடு

Curve — வளைவு
Dead Ball — நிலைப்பந்து
Defence — தடுத்தாடும் முறை
Defending Team — தடுத்தாடும் குழு
Direct Free Kick — நேர்முகத் தனி உதை
Direction — திசை, இயக்கம்
Diving — முக்குளித்தல்
Draw — சமநிலை
Dribbling — பந்துடன் ஓடல்
End Line — கடைக் கோடு
Extra Time — மிகை நேரம்
FieldGoal — கள வெற்றி எண்
First Half — முதல் ஆட்டப் பகுதி
Foot Work — கால் திறன்
Form — ஒழுங்கு
Forwards — முன்னோட்டக்காரர்கள்
Fouls — தவறுகள்
Free Hit — தனி அடி
Free Kick — தனி உதை
Free Throw — தனி எறி
Free Throw Goal — தனி எறி வெற்றி எண்
Friendly Match — நட்புப் போட்டி
Full Back — கடைக் காப்பாளர்
Fundamental Rules — அடிப்படை விதிகள்
Fundamental Techniques — அடிப்படைத் திறன் நுணுக்கங்கள்
Game Watch — ஆட்ட மணிப்பொறி
Goal — இலக்கு
Goal Keeper — இலக்குக் காவலர்
Goal Kick — குறி உதை
Goal Line — இலக்குக் கோடு
Grip — பிடிப்பு
Ground Ball — தரை வழிப் பந்து

Gymnasium — விளையாட்டரங்கம்
Gymnastics — சீருடற் பயிற்சிகள்
Half — ஆட்டப் பகுதி
Half Back — இடைக் காப்பாளர்
Hald Ball — கை எறிப் பந்து
Head Ball — பிடி நிலைப் பந்து
Hitting the Ball — பந்தை அடித்தாடல்
Hockey — வளைகோல் பந்தாட்டம்
Hook Pass — கொக்கி எறி
Indirect Free Kick — மறைமுகத் தனி உதை
Indoor Games — உள்ளக விளையாட்டுக்கள்
Inning — முறை ஆட்டம்
Intentional Foul — குற்றம்
Interval — இடைவேளை
Jump Ball — பந்துக்குத் தாவல்
Keen Vision — கூர்மையான கண்ணோட்டம்
Kick — உதை
Kicking Game — உதை ஆட்டம்
Lifter — பந்தை உயர்த்துபவர்
Lobby — தொடரிடம்
Long Corner — நெடுமுனை
Major Games — முதன்மை விளையாட்டுக்கள்
Match — போட்டி ஆட்டம்
Moving — இசைவு
Net — வலை
Offside — அயலிடம்
Order — ஆணை, ஒழுங்கு
Out — வெளியேற்றம்
pad — கால் மெத்தை
Pass — வழங்கு, எறி
Passing — வழங்கல்
Penalty — தண்டனை
Penalty Area — ஒறுநிலைப் பரப்பு

Penalty Bully — ஒறுநிலைப் புல்லி
Penalty Corner — ஒருநிலை முனை
Penalty Kick — ஒறுநிலை உதை
penalty Mark — ஒறுநிலைப் புள்ளி
Period — ஆட்டப் பகுதி
Personal Contact — தனிநிலைத் தொடர்பு
Personal Foul — தனியார் தவறு
Physical Director — உடற்கல்வி இயக்குநர்
Physical Education — உடற்கல்வி
Physical Fitness — உடல்திற நிலை
Pivoting ... சுழற் தப்படி
Pivot Foot — நிலையான கால்
Place Kick — நிலை உதை
Position — நின்றுடும் இடம்
Practice — பயிற்சி
Professional Player — வணிக முறை ஆட்டக்காரர்கள்
Presence of Mind — யதி நுட்பம்
Raider — பாடிச் செல்பவர்
Rectangle — செவ்வகம்
Regular Player — நிரந்தர ஆட்டக்காரர்
Restricted Area — தடுக்கப்பட்ட பரப்பு
Ring — வளையம்
Rocket — பந்தாடும் மட்டை
Rotation — சுற்று முறை
Running Side — ஓடும் குழு
Runner up — வெற்றியை தொடர்ந்தவர்
Scorer — வெற்றி எண் குறிப்பாளர்
Score Sheet — வெற்றி எண் குறிப்பேடு
Second Three — இரண்டாம் மூவர்
Service — அடித்தெறிதல்
Server — அடித்தெறிபவர்
Serving Area — அடித்தெறியும் பரப்பு

Serving Team — அடித்தெறியும் குழு
Set up — அமைத்தல், உயர்த்தித் தருதல்
Short Corner — முன் முனை
Side — குழு, பக்கம்
Side Line — பக்கக் கோடு
Skills — திறன்கள்
Spiker — அடித்தாடுபவர்
Sportsmanship — விளையாட்டுப் பண்பு
Stationary Ball — நிலைப் பந்து
Step — காலடி, தப்படி
Stick — கோல்
Stick Rules — கோல் விதிகள்
Striking Circle — அடிக்கும் வட்டம்
Struggle — போராட்டம்
Substitute — மாற்றுஆட்டக்காரர்
Tackling — சமாளித்தல்
Team Game — குழு விளையாட்டு
Team Manager — குழு மேலாளர்
Team Player — பாங்கர்
Technical Foul — தனிநிலைத் தவறு
Throw in — உள்ளெறி
Time out — இடைவேளை
Touch — தொட்டாடல்
Tournament — தொடர் போட்டி
Trial Ball — மாதிரிப் பந்து
Turn — ஆடும் வாய்ப்பு
Unintentional — அறியாமல்
University — பல்கலைக் கழகம்
Umpire — துணை நடுவர்
Wrestling — மல்யுத்தம்
Withdraw — ஒத்தி வைத்தல்
Zone Defence — எல்லைக் காவல்



திரு. எஸ். நவராஜ் செல்லையா அவர்கள் தமிழ் இலக்கியத்தில் விளையாட்டுத் துறை நூல்கள் அதிகமாக வெளியிட வேண்டும் என்ற முயற்சியில், இதுவரை 60க்கும் மேற்பட்ட நூல்களும், கதை, கவிதை, நாடக நூல்கள் 20ம் எழுதி இருக்கிறார்.

இவர் எழுதிய 'ஒலிம்பிக் பந்தயத்தின் கதை' எனும் நூல் 1977ஆம் ஆண்டு தேசிய விருதினைப் பெற்றிருக்கிறது.

தமிழிலும், உடற்கல்வித் துறையிலும், முதுகலைப் பட்டம் (M. A., M. P. Ed.) பெற்றுள்ள ஆசிரியர் வானொலி, டெலிவிஷன், மற்றும் வாரப் பத்திரிக்கைகளில் தொடர்ந்து விளையாட்டுத்துறை பற்றி பேசியும் எழுதியும் வருகிறார்.

தமிழில் முதன் முறையாக 'விளையாட்டுக் களஞ்சியம்' எனும் விளையாட்டுத் துறை மாத இதழையும் நடத்தி பணியாற்றி வருகிறார்.